Vari testi

Jiddu Krishnamurti

calibre 1.25.0

Jiddu Krishnamurti

Vari testi

Source : http://www.gianfrancobertagni.it

Indice

- La fonte del conflitto
- Consapevolezza
- L'ultimo discorso di Jiddu Krishnamurti
- Vivere senza sforzo
- Sul problema dell'azione
- Dialogo tra Jiddu Krishnamurti e Swami Venekatesananda
- "Attraverso i secoli l'uomo ha ricercato..."
- Ai giovani
- Il cuore dell'insegnamento di Jiddu Krishnamurti
- Il silenzio
- La verità è una terra senza sentieri
- Su Dio
- Ascoltare
- L'amore
- Tempo e mutamento
- Credere non è realtà
- La mente non può spingersi nell'incognito
- Rapporto e isolamento
- "Su ogni tavolo c'erano narcisi selvatici"
- La vita ha un senso?
- Che cosa significa rapporto?
- Tre poesie di Jiddu Krishnamurti
- Risposta di Jiddu Krishnamurti alla domanda: "Perché lei parla?"
- La semplicità
- Il suicidio
- Che cosa ci separa dalla realtà?
- Il pensiero divide?
- Tre pii egoisti
- Lo stato di non conoscenza
- Vedere il proprio condizionamento
- Conoscenza di sé e meditazione
- Energia, attenzione, consapevolezza, violenza
    - 1.
    - 2.
    - 3.

    - 4.
    - 5.
    - 6.
    - 7.
    - 8.
    - 9.
    - 10.
    - 11.
    - 12.
    - 13.
    - 14.
    - 15.
    - 16.
    - 17.
    - 18.
    - 19.
    - 20.
    - 21.
    - 22.
    - 23.
    - 24.
    - 25.
    - 26.
    - 27.
    - 28.
    - 29.
    - 30.
- Nella pienezza del mutamento. Una conversazione (Jiddu Krishnamurti - Carlo Suarès)
    - 1.
    - 2.
    - 3.
- Imparare su noi stessi - Semplicità e umiltà - Condizionamento
- "Siate semplicemente consapevoli"
- Il controllo del pensiero

La fonte del conflitto

Vi sono due tipi di apprendimento: uno consiste nel memorizzare ciò che viene imparato per poi osservare tramite la memoria – ed è questo che molti di noi chiamano apprendimento – e l'altro consiste nell'imparare attraverso l'osservazione, senza immagazzinarlo come ricordo. Per dirla in un altro modo: un modo di apprendimento è imparare qualcosa a memoria, in modo che rimanga immagazzinato nel cervello come conoscenza e successivamente agire secondo tale conoscenza abilmente o maldestramente; quando si frequenta la scuola e l'università, si accumulano molte informazioni, e in base a tale conoscenza si agisce in modo benefico per se stessi e per la società, ma si è incapaci di agire semplicemente, direttamente. L'altra specie di apprendimento – cui non si è altrettanto abituati, perché si è schiavi delle abitudini, delle tradizioni, di ogni conformismo – consiste nell'osservare senza l'accompagnamento della conoscenza pregressa, guardare qualcosa come se fosse la prima volta. Se uno osserva qualcosa in questo modo, non vi è la coltivazione della memoria; non è come quando uno osserva e tramite tale osservazione accumula il ricordo in modo che la prossima volta che l'osserva lo fa attraverso quello schema della memoria, e perciò non l'osserva più ex novo.

E' importante avere una mente che non sia costantemente occupata, costantemente intenta a chiacchierare. Per la mente non occupata, può germinare

un nuovo seme, qualcosa d'interamente diverso dalla coltivazione della conoscenza e dall'azione basata su tale conoscenza.

Osservate i cieli, la bellezza delle montagne, gli alberi, la luce tra le fronde. Questa osservazione, immagazzinata nella memoria, impedirà che la prossima osservazione sia nuova. Quando uno osserva la moglie o un amico, può osservare senza l'interferenza della registrazione dei precedenti episodi di quel particolare rapporto? Se uno può osservare l'altro senza l'interferenza della conoscenza precedente, impara molto di più.

La cosa più importante è osservare: osservare e non avere una divisione tra l'osservatore e l'osservato. Generalmente vi è una divisione apparente tra l'osservatore, che è la somma totale dell'esperienza passata, in quanto memoria, e l'osservato ... così è il ,passato che osserva. La divisione tra osservatore e osservato è la fonte del conflitto.

E' possibile che non vi sia conflitto, in tutta una vita? Tradizionalmente, si accetta che debba esservi questo conflitto, questa lotta, questo dissidio perpetuo, non solo fisiologicamente, per sopravvivere, ma psicologicamente, tra desiderio e paura, simpatia e antipatia, e così via. Vivere senza conflitto è vivere una vita senza sforzo, una vita in cui vi è pace. L'uomo ha vissuto, per secoli e secoli, una vita di battaglia, di conflitti esteriori e interiori; una lotta costante per conseguire qualcosa, e la paura di perdere, di ricadere indietro. Si può parlare all'infinito di pace, ma non vi sarà pace finché si è condizionati ad accettare il conflitto. Se uno dice che è possibile vivere in pace, allora è soltanto un'idea, e perciò non ha valore. E se uno dice che non è possibile, allora blocca ogni indagine.

Esaminiamolo prima psicologicamente; è più importante che farlo fisiologicamente. Se uno comprende in profondità

la natura e la struttura del conflitto, psicologicamente, e magari vi pone fine, allora può essere in grado di affrontare il fattore fisiologico. Ma se uno s'interessa solo del fattore fisiologico, biologico, per sopravvivere, allora probabilmente non ci riuscirà.

Perché vi è questo conflitto, psicologicamente? Fin dai tempi più antichi, socialmente e religiosamente, c'è sempre stata una divisione tra il bene e il male. Questa divisione esiste realmente, oppure c'è soltanto ciò che è " senza il suo contrario? Supponiamo che via sia collera questo è un fatto, " ciò che è "; ma " io non andrò in collera " è un idea, non è un fatto.

Uno non discute mai tale divisione, l'accatta perché è tradizionalista per abitudine, e non vuol saperne di qualcosa di nuovo. Ma c'è un altro fattore: c'è una divisione tra l'osservatore e l'osservato. Quando uno guarda una montagna, la guarda come osservatore e la chiama montagna. La parola non è la cosa. La parola " montagna " non è la montagna, ma per l'interessato la parola è molto importante: quando guarda, vi è istantaneamente la risposta " quella è una montagna ". Ora, uno può guardare la cosa chiamata " montagna" senza la parola, perché la parola è un fattore di divisione? Quando uno dice " mia moglie ", la parola " mia " crea divisione. La parola, il nome, la parte del pensiero. Quando uno guarda un uomo o una donna, una montagna o un albero, qualunque cosa sia, si opera una divisione quando il pensiero, il nome, il ricordo vengono posti in essere.

Uno può osservare senza l'osservatore, che è l'essenza di tutti i ricordi, le esperienze, le reazioni e così via, tutti provenienti dal passato? Se uno guarda qualcosa senza la parola e i ricordi del passato, allora osserva senza l'osservatore. Quando uno fa ciò, vi è solo l'osservato, e non vi è divisione né conflitto, psicologicamente. Uno può

guardare la propria moglie o il proprio amico più intimo senza il nome, la parola e tutta l'esperienza accumulata" in quel rapporto? Quando guarda così, guarda l'altro – o l'altra – per la prima volta.

E' possibile vivere una vita completamente libera da ogni conflitto psicologico? Uno ha osservato il fatto: basterà, se lascia stare il fatto. Finché vi è divisione tra l'osservatore che crea le immagini, e il fatto – che non è immagine ma soltanto fatto – deve esserci conflitto perpetuo. E' una legge. Ma si può porre fine al conflitto.

Quando vi è la fine del conflitto psicologico – che è parte della sofferenza – allora, in che modo influisce sulla vita, sui rapporti con gli altri? In che modo la fine della lotta psicologica, con tutti i suoi conflitti, il suo dolore, le sue ansie, le sue paure, in che modo si riferisce alla vita quotidiana, al lavoro d'ufficio, eccetera eccetera? Se è un fatto che uno ha posto fine al conflitto psicologico, allora come vivrà una vita senza conflitti esteriori? Quando non vi è conflitto interiore, non vi è conflitto all'esterno, perché "non vi è divisione" tra l'interiore e l'esteriore. E come il flusso e il riflusso del mare. E' un fatto assoluto, irrevocabile, che nessuno può toccare; è inviolato. Quindi, se è così, cosa farà uno per guadagnarsi da vivere? Poiché non Vi è conflitto, non vi è ambizione. Poiché interiormente vi è qualcosa di assoluto che è inviolato, che non può essere toccato né danneggiato, allora uno non dipende psicologicamente da un altro; perciò non vi è conformismo né imitazione. Quindi, non avendo tutto questo, uno non è più pesantemente condizionato dal successo e dall'insuccesso nel mondo del denaro, della posizione, del prestigio, che implica la negazione di "ciò che è " e l'accettazione di " ciò che dovrebbe essere ".

Poiché uno nega " ciò che è " e crea l'ideale di " ciò che dovrebbe essere ", vi è conflitto. Ma osservare ciò che è

effettivamente significa che uno non ha contrario, solo " ciò che è ". Se osservate la violenza e usate la parola " violenza ", c'è già conflitto, la parola stessa è già distorta; vi sono persone che approvano la violenza e altre che non l'approvano. L'intera filosofia della non violenza è distorta, politicamente e religiosamente. C'è la violenza e il suo contrario, la non violenza. Il contrario esiste perché voi conoscete la violenza. Il contrario ha radice nella violenza. Uno pensa che, avendo un contrario, con qualche metodo o mezzo straordinario, si sbarazzerà di " ciò che è ".

Ora, si può accantonare il contrario e guardare semplicemente la violenza, il fatto? La non violenza non è un fatto. La non violenza è un'idea, un concetto, una conclusione. Il fatto è la violenza: uno è in collera, odia qualcuno, vuol far male alla gente, è geloso: tutto questo è l'implicazione della violenza, che è il fatto. Ora, si può osservare il fatto senza introdurre il suo contrario? Perché allora uno ha l'energia – che prima veniva sprecata cercando di realizzare il contrario – per osservare " ciò che è ". In quell'osservazione non c'è conflitto.

Perciò, cosa farà un uomo che ha compreso questa esistenza straordinaria e complessa basata sulla violenza, il conflitto e la lotta, un uomo che ne è effettivamente libero, non teoricamente, ma effettivamente libero? Il che significa assenza di conflitto. Che cosa farà al mondo? Formulerà questa domanda, se è interiormente, psicologicamente, interamente libero da conflitti? Ovviamente no. Solo l'uomo in conflitto dice: " Se non vi è conflitto, sarò alla fine, verrò annientato dalla società perché la società è basata sul conflitto".

Se uno è consapevole della propria coscienza, che cos'è? Se è consapevole, vedrà che la sua coscienza è – in senso assoluto – nel disordine totale. E contraddittorio dire una cosa, fare qualcosa d'altro, cercando sempre qualcosa. Il

movimento totale è entro un'area limitata e priva di spazio, e in quel poco spazio c'è disordine.

Uno è diverso dalla propria coscienza? Oppure è quella coscienza? quella coscienza. Allora, è consapevole di trovarsi nel disordine totale? Alla fine, quel disordine porta alla nevrosi, ovviamente: perciò ci sono tutti gli specialisti della società moderna, gli psicoanalisti, gli psicoterapeuti e così via. Ma interiormente c'è ordine? Oppure c'è disordine? Uno può osservare questo fatto? E cosa avviene quando uno osserva senza scegliere... cioè senza distorsioni? Dove c'è disordine, deve esserci conflitto. Dove c'è ordine assoluto, non c'è conflitto. E c'è un ordine assoluto, non relativo. Ciò può avvenire in modo naturale e facile, senza conflitto, solo quando uno è consapevole di se stesso quale coscienza, consapevole della confusione, del tumulto, delle contraddizioni, osservando esteriormente senza distorsione. Allora da questo deriva naturalmente, dolcemente, facilmente, un ordine irrevocabile.

Consapevolezza

Conoscere se stessi significa conoscere la nostra relazione con il mondo, non solo del mondo delle idee e della gente, ma anche con la natura e con le cose che possediamo.

Questa è la nostra vita, essendo la vita relazione con il tutto. La comprensione di questa relazione richiede specializzazione? Ovviamente no! Ciò che richiede è la consapevolezza necessaria per confrontarsi con la vita nel suo insieme come totalità. In che modo dobbiamo essere consapevoli? Questo è il nostro problema. Come si deve fare per avere quell'attenzione, se posso usare questa parola senza che sembri una specializzazione? Come deve fare uno che vuole affrontare la vita nella sua totalità? Ciò non significa solo le relazioni personali con i vicini, ma anche con la natura e con le cose che possiedi, con le idee, con le cose che la mente produce come illusioni, desideri e così via. Come possiamo essere coscienti di questo processo globale di relazioni? Sicuramente è questa la nostra vita, non è vero? Non esiste vita senza relazione; comprendere questa relazione non significa isolamento. Al contrario richiede pieno riconoscimento e totale consapevolezza del globale processo della relazione. Come si fa ad essere consapevoli? Come siamo consapevoli di qualcosa? Come sei consapevole della relazione con una persona? Come sei consapevole degli alberi, del richiamo di un uccello? Come fai ad essere consapevole delle tue reazioni quando leggi un

giornale? Siamo coscienti delle risposte superficiali della mente quanto che delle reazioni profonde? Come siamo consapevoli di qualcosa? In primo luogo siamo consapevoli, (non lo siamo forse?) di una reazione ad uno stimolo, e questo è un fatto evidente; vedo qualcosa di bello e c'è una risposta, quindi una sensazione, contatto identificazione e desiderio. Questo e il processo ordinario, non è vero? Possiamo osservare quello che accade nel momento senza studiare dei libri per farlo. Così è attraverso l'identificazione che abbiamo piacere e dolore. La nostra "abilità" consiste in questa preoccupazione di cercare il piacere e di evitare il dolore, non trovate? Se sei interessato a qualcosa, ti da piacere ne nasce subito una "capacità" immediata, c'è la consapevolezza istantanea di quel fatto, e se si tratta di qualcosa di doloroso quella capacità consiste nel sapere com'evitarlo. Così sino a che cerchiamo un'"abilità" per comprendere noi stessi siamo destinati a fallire, perché la comprensione di noi stessi non dipende da questa "capacità". Non si tratta di una tecnica che sviluppi, coltivi e accresci con il tempo, attraverso un costante affinamento. Questa coscienza di sé si può ottenere solo nell'atto della relazione; può essere sentita nel modo in cui in cui parliamo e in cui ci comportiamo.

Guardati senza nessuna identificazione, senza alcun confronto, senza alcuna condanna, guarda soltanto e noterai che accade una cosa straordinaria. Non solo poni fine ad un'attività inconscia – la maggior parte delle nostre attività sono inconsce - non solo metti fine a ciò, ma sei anche consapevole delle motivazioni della tua azione, senza indagare e senza scavare. Quando sei consapevole vedi il processo globale del pensiero e dell'azione, ma ciò può accadere solo quando non ci sono condanne. Quando condanno qualcosa non lo comprendo, è un modo per evitare qualunque tipo di comprensione. Molti di noi lo

fanno di proposito, condanniamo immediatamente, e così pensano di aver capito.

Se invece, non condanniamo, ma osserviamo con cura, e siamo consapevoli, il contenuto ed il significato di quell'azione si dischiude. Provatelo personalmente e vedrete dai voi stessi. Semplicemente sii consapevole, senza nessun senso di giustificazione, potrebbe apparire piuttosto negativo, ma non è negativo. Al contrario ha quella qualità della passività che è azione diretta, scoprirete questo, se provate a sperimentare. Dopo tutto se vuoi comprendere qualcosa devi avere un atteggiamento passivo. Non puoi mantenere il pensiero fisso su di un problema speculando e analizzando. Devi essere abbastanza sensibile da percepirne il contenuto. Come una pellicola fotografica. Se voglio comprenderti devo essere di una passività consapevole e allora incominci a raccontarmi tutte le tue storie. Non si tratta certo di una questione d'abilità o di specializzazione. In questo processo iniziamo a comprendere noi stessi, non solo gli strati superficiali della consapevolezza, ma i più profondi, che sono molto più importanti, perché là giacciono tutti i motivi che ci guidano e le intenzioni, le nostre domande nascoste e confuse, le ansie, le paure e gli appetiti. Esteriormente possiamo tenerli tutti sotto controllo, ma interiormente, si agitano. Sino che questo non è stato completamente compreso attraverso la consapevolezza diretta, ovviamente non potrà esserci libertà, non ci potrà essere felicità e non ci sarà intelligenza. Essendo l'intelligenza la totale consapevolezza del nostro processo può essere un fatto di specializzazione? Potrà tale intelligenza essere coltivata attraverso qualche forma di specializzazione? Perché è proprio questo che sta accadendo, no? Il prete, il dottore, l'ingegnere, l'industriale, l'uomo d'affari, il professore abbiamo la mentalità di quella specializzazione.

Per realizzare la più alta forma d'intelligenza che è la Verità, che è Dio e che non può essere descritta crediamo di dover diventare degli specialisti. Studiare, crescere, cercare e con la mentalità dello specialista ed inseguendo lo specialista; studiamo noi stessi per sviluppare una capacità che ci possa aiutare a svelare i nostri conflitti e le nostre miserie.

Il nostro problema è: siamo consapevoli che i conflitti, le miserie ed i dolori della nostra esistenza quotidiana non possono essere risolti da qualcun altro, e se non possono esserlo, come possiamo affrontarli? Comprendere un problema ovviamente richiede una certa intelligenza, e quest'intelligenza non può derivare dal coltivare la specializzazione del pensiero. Si manifesta solo quando siamo passivamente consapevoli di tutto il processo della nostra coscienza, che significa essere consapevoli di noi stessi senza scelta, senza scegliere quanto è giusto e quanto è sbagliato. Quando si è passivamente consapevoli si riconosce che da quella passività, che non è pigrizia, che non è sonno, ma estremo stato di allerta, il problema ha un significato assai differente, cioè non esiste più identificazione con il problema, quindi non c'è più giudizio e allora il problema inizia a rivelare il suo contenuto. Se sai costantemente mantenere questo stato, allora ogni problema può essere risolto dalle fondamenta, non superficialmente. La difficoltà è che la maggior parte di noi non è in grado di essere passivamente consapevole, lasciando che il problema riveli la sua storia senza che siamo noi ad interpretarlo. Non sappiamo come guardare un problema spassionatamente. Non ne siamo capaci, sfortunatamente, perché vogliamo sempre una soluzione del problema, vogliamo una risposta, ne cerchiamo la fine; oppure cerchiamo di tradurre il problema secondo i nostri principi di piacere e dolore, o abbiamo già una risposta pronta su come affrontare il problema. Quindi affrontiamo

un problema che è sempre nuovo con i vecchi schemi. La sfida è sempre il nuovo, la nostra risposta è sempre vecchia, e la nostra difficoltà è quella di confrontarci in modo adeguato con tutto ciò, pienamente. Il problema è sempre un problema della relazione, con le cose con la gente, o con le idee; non c'è altro e per confrontarci con il problema delle relazioni, con le sue sempre diverse domande, per affrontarlo nel modo giusto e adeguatamente, si deve avere una consapevolezza passiva. Questa passività non è il prodotto della determinazione, della volontà o della disciplina; inizia quando vediamo e riconosciamo che, nello stato iniziale, non siamo passivi. Essere consapevoli che ci aspettiamo una particolare risposta a un particolare problema, è sicuramente l'inizio: consiste nel conoscere noi stessi in relazione al problema e a come ci confrontiamo con esso. Allora appena iniziamo a conoscere noi stessi in relazione al problema, e al modo in cui reagiamo secondo pregiudizi, aspettative e scopi, nel confronto con questo la consapevolezza rivelerà il processo del nostro pensiero, della nostra natura interiore e in ciò c'è liberazione. Ciò che è certamente importante è la consapevolezza senza scelte, perché la scelta porta con sé il conflitto. Colui che sceglie è nella confusione, quindi sceglie, se non c'è confusione non c'è scelta. Solo la persona confusa sceglie quello che dovrebbe o non don dovrebbe fare. Nessun che sia nella chiarezza e nella semplicità sceglie: è ciò che è. L'azione basata su un'idea è ovviamente l'azione della scelta e tale azione non è liberatoria, al contrario, crea solo ulteriore resistenza e ulteriore conflitto, in relazione a quel pensiero condizionato. La cosa importante quindi, è l'essere consapevoli, momento per momento, senza accumulare l'esperienza che la consapevolezza offre, perché nel momento che si inizia ad accumulare, si è consapevoli solo in rapporto a quanto si ha accumulato, in accordo con quello schema e con quella esperienza. La tua consapevolezza,è l'accumulo dei condizionamenti e quindi

non c'è più osservazione, ma mera traduzione. Dove c'è traduzione c'è scelta, e la scelta crea conflitto, e nel conflitto non c'è comprensione. La vita è un fatto di relazione, e per comprendere la relazione, che non è statica, ci vuole una consapevolezza flessibile, una consapevolezza allerta e passiva, non aggressivamente attiva. Come ho detto questa coscienza passiva non è prodotta da qualche forma di disciplina, o attraverso delle pratiche. E' semplicemente essere consapevoli, momento per momento, del nostro pensare e del nostro sentire, non solo quando siamo svegli perché come vedremo quando ci entreremo più profondamente, anche iniziando a sognare tireremo a galla tutti i tipi di simboli che tradurremo in sogni. In questo modo apriamo la porta a ciò che è nascosto e che diventa conosciuto, ma per trovare l'ignoto dobbiamo andare oltre la soglia, certamente è questa la nostra difficoltà. La Realtà non è una cosa che possa essere conosciuta dalla mente, perché la mente è il risultato del conosciuto, del passato e quindi la mente deve riconoscere se stessa ed il proprio funzionamento, la sua verità e solo allora è possibile all'ignoto essere.

L'ultimo discorso di Jiddu Krishnamurti

Sabato, 4 gennaio 1986

Vorreste cortesemente prendere parte a quello che sta dicendo chi vi parla? Vorreste non solo ascoltare passivamente, pensarci sopra o prestarvi un po' di attenzione ogni tanto, ma prendervi parte insieme a lui? Ci sono una o due cose che vanno chiarite molto bene: qui non si ha a che fare con un culto della personalita'. Chi vi parla prova un profondo disgusto per una cosa del genere; tutto quello che dice viene contraddetto se vi mettete ad adorare un particolare individuo o se ne fate un dio. Quello che conta e' ascoltare che cosa egli ha da dire, e prendervi parte; non basta stare ad ascoltare soltanto, ma bisogna effettivamente prendere parte a quello che dice.

Abbiamo parlato della vita, della profonda complessita' della vita, dell'origine della vita.

Che cos'e' la vita? Qual e' l'origine di tutte le cose? Questa terra meravigliosa, la dolcezza della sera, il sole di prima mattina, i fiumi, le valli, le montagne, lo splendore della terra che stiamo saccheggiando... Se voi dite che l'origine di tutto questo e' "dio" allora e' finita, potete andarvene felici e contenti, perche' per voi il problema e' risolto. Ma se cominciate a mettere in questione, a mettere in dubbio, come si dovrebbe fare, tutti gli dei, tutti i guru –

io non faccio parte di quella tribu' – se cominciate a mettere in questione tutto quello che l'uomo ha fatto nella sua lunga evoluzione lungo il cammino della storia, allora arrivate a domandarvi: dov'e' il principio? Qual e' l'origine? Come e' potuto succedere tutto questo? Spero vi stiate ponendo la questione; non limitatevi ad ascoltare chi vi parla, ma prendete parte a quello che stiamo dicendo, fatelo a pezzi! Non accettate niente di quello che dice chi vi parla! Egli non e' il vostro guru, non e' il vostro capo, non e' qui per aiutarvi. E' da questa base, da questo principio che si muove il suo discorso.

Si tratta di un discorso molto serio, e, a meno che il vostro cervello non sia veramente attivo, temo che non sarete capaci di seguirlo. Sarebbe inutile, sia per voi che per chi vi parla, ascoltare un mucchio di parole; ma se potessimo, insieme, intraprendere un lungo viaggio, non in termini di tempo, non basandoci su una fede, su delle conclusioni o delle teorie, se potessimo esaminare con molta attenzione il modo in cui viviamo, la paura, l'incertezza, l'insicurezza e tutte le invenzioni che l'uomo ha fatto, incluse quelle cose straordinarie che sono i computer: dove siamo arrivati, dopo due milioni di anni? Dove stiamo andando? Non secondo qualche teoria, non secondo quanto e' scritto in qualche libro sciagurato, per quanto sacro sia, ma dove stiamo andando tutti quanti? E da dove abbiamo cominciato? Le due cose sono collegate fra loro: dove stiamo andando e da dove abbiamo cominciato. L'inizio puo' essere la fine. Non dite di si', scopritelo. Potrebbe non esserci ne' principio ne' fine, e ci accingiamo ad approfondirlo insieme.

Dal principio del tempo, fino al giorno d'oggi, l'uomo ha sempre pensato in termini di religione. Che cos'e' la religione? Gli uomini hanno sempre cercato qualcosa di piu' di questo mondo. Hanno adorato stelle, soli, lune e quello che essi stessi avevano creato. Ci sono voluti sforzi

tremendi, fatica, energia per erigere gli antichi templi, le moschee e le chiese. Per questo scopo sono state impiegate straordinarie energie. Quale forza spinge l'uomo a cercare qualcosa che sia al di la' del mondo, al di la' dell'angoscia di ogni giorno, che e' fatica, lavoro, andare in fabbrica, in ufficio, dare la scalata al successo, fare denaro, cercare di far colpo sugli altri, cercare di dominare? Siete d'accordo che e' cosi'? Che voi siate d'accordo o no, e' un fatto. Cercano tutti qualche forma di potere. A Delhi, qui o altrove vogliono essere al centro degli avvenimenti, vogliono sentirsi importanti.

Ci chiediamo: che cos'e' la religione? Che cosa ha indotto l'uomo a donare a un tempio enormi tesori? Che cosa gliel'ha fatto fare? Qual e' stata l'energia che ha permesso tutto questo? E' stata la paura? E' stata la ricerca di una ricompensa dal cielo, o comunque lo vogliate chiamare? All'origine di tutto questo c'e' la ricerca di una ricompensa? Voi volete una ricompensa, volete qualcosa in cambio. Pregate tre o cinque volte al giorno e sperate che qualche entita' vi dia qualcosa in cambio, un frigorifero, un'automobile, una moglie migliore o un marito migliore; oppure aspettate una grazia, vi aggrappate a una speranza. Questa e' stata la storia di tutte le religioni. Dio e il denaro stanno sempre insieme. La chiesa cattolica possiede enormi tesori; e anche voi li avete, qui nei vostri vari templi, dove fate i "puja", i vostri riti e tutte quelle cose insignificanti. Tutto questo e' veramente assurdo. Stiamo cercando di scoprire, indagando molto, molto a fondo, che cos'e' la religione; non e' certamente tutta questa faccenda di fare denaro. Ci chiediamo: che cos'e' quello che non ha nome, che e' suprema intelligenza, che non ha alcuna relazione con tutte le nostre preghiere, con tutti i nostri dei, con i templi, le moschee, le chiese? Tutto questo e' stato fatto dall'uomo. Qualsiasi uomo intelligente deve metterlo da parte, senza pero' diventare cinico, senza diventare

scettico, ma conservando un cervello che sia veramente attivo, un cervello capace di prendere in esame qualsiasi cosa, non solamente il mondo esterno. Abbiamo un cervello che prende in esame i suoi propri pensieri, la sua coscienza, le sue pene, le sue sofferenze e tutto il resto? Abbiamo un cervello del genere?

A questo punto bisogna distinguere fra cervello e mente. Il cervello e' il centro di tutti i nostri nervi, di tutta la nostra conoscenza, delle nostre teorie, le opinioni, i pregiudizi; fin dalle scuole superiori, dall'universita', tutta questa conoscenza viene raccolta dentro il cranio. Tutti i pensieri, tutte le paure sono li'. Il cervello e' diverso dalla mente? Se avete fatto seriamente attenzione a quello che ha chiesto chi vi parla, vi chiederete anche voi: c'e' differenza fra il cervello – il vostro cervello, contenuto nel cranio, con tutta la conoscenza che e' stata accumulata, non solo da voi, ma anche dai vostri antenati, per due milioni di anni, e che e' tutta racchiusa li' – c'e' differenza fra il cervello e la mente? Il cervello sara' sempre limitato. Non dite di si': si tratta di una cosa troppo seria. E la mente e' diversa dalla mia coscienza, dalle mie attivita' di tutti i giorni, dalle mie paure, dalle ansie, le incertezze, i dispiaceri, le pene e da tutte le teorie che l'uomo ha accumulato a proposito di qualsiasi cosa? La mente non ha relazione col cervello: puo' comunicare col cervello, ma il cervello non puo' comunicare con la mente. Non dite di si', vi prego: questa e' l'ultima cosa da fare. Chi vi parla sta dicendo che e' il cervello a conservare la nostra coscienza, i nostri pensieri, le nostre paure e via di seguito. Tutti gli dei, tutte le teorie sugli dei o le teorie di quelli che non credono, e' tutto li'. Nessuno puo' confutare questo, a meno che non sia un po' squilibrato. Il cervello, che e' condizionato dalla conoscenza, dall'esperienza, dalla tradizione, non puo' comunicare in alcun modo con la mente, che e' totalmente al di fuori dell'attivita' del cervello. La mente puo' comunicare col

cervello, ma il cervello non puo' comunicare con la mente, perche' il cervello puo' continuare a immaginare all'infinito, puo' immaginare cio' che non ha nome, puo' fare qualsiasi cosa. La mente e' immensa perche' non vi appartiene, non e' la "vostra" mente.

Ci accingiamo a investigare – insieme, per favore ricordatevelo, sempre insieme – non solo la natura della religione, ma anche il computer. Sapete che cos'e' un computer? E' una macchina, una macchina che puo' programmare se stessa; e puo' dare origine a un altro computer. Il computer padre genera un computer figlio che e' migliore di lui. Questo non e' qualcosa che dobbiate accettare, e' di dominio pubblico, non e' un segreto, percio' osservate attentamente. Il computer puo' fare quasi tutto quello che l'uomo e' in grado di fare. Puo' creare tutti i vostri dei, tutte le vostre teorie, le vostre cerimonie; e' perfino piu' bravo di quanto non possiate mai esserlo voi. Cosi' il computer sta venendo al mondo, e portera' un cambiamento nei vostri cervelli. Avete sentito parlare dell'ingegneria genetica: che vi piaccia o no, stanno cercando di cambiare radicalmente il vostro comportamento. E' questo che fa l'ingegneria genetica. Stanno cercando di cambiare il vostro modo di pensare.

Quando l'ingegneria genetica e il computer si incontreranno, che cosa ne sara' di voi? Che razza di esseri umani diverrete? Il vostro cervello verra' alterato. Il vostro comportamento subira' un cambiamento. Potranno rimuovere completamente la paura, potranno togliere di mezzo il dolore, spazzare via tutti i vostri dei. Lo faranno, non vi illudete. Tutto questo non potra' concludersi che con la guerra e la morte. E' quanto sta realmente accadendo nel mondo. L'ingegneria genetica da un lato e il computer dall'altro: quando si metteranno insieme, com'e' inevitabile che avvenga, che ne sara' di voi esseri umani? Il vostro cervello, ora, e' proprio come una macchina. Siete nati in

India e dite: "Sono indiano"; siete obbligati a farlo. Siete delle macchine. Vi prego, non sentitevi insultati, non vi sto insultando. Siete delle macchine che ripetono, proprio come fa il computer. Non immaginate che ci sia qualcosa di divino in voi – sarebbe meraviglioso! E' qualcosa di sacro, di eterno. Il computer vi dira' anche questo. Allora, che ne sara' dell'essere umano? Che ne sara' di voi?

Dobbiamo anche indagare che cos'e' la creazione. Si tratta di un soggetto molto serio, non mettetevi subito ad assentire o a dissentire, ascoltate semplicemente. Non intendiamo la creazione di un bambino, che e' una cosa molto semplice, o la creazione di qualcosa di nuovo. Un'invenzione e' qualcosa di completamente diverso dalla creazione. Un'invenzione si basa sulla conoscenza. Gli ingegneri possono perfezionare il jet; il movimento ha a che fare con la conoscenza, e cosi' anche quell'invenzione si basa sulla conoscenza. Quindi dobbiamo tener separata un'invenzione dalla creazione. Questo richiede tutta la vostra energia, tutta la vostra capacita' di approfondire l'indagine. L'invenzione si basa essenzialmente sulla conoscenza. Perfeziono un orologio, costruisco un nuovo congegno. Tutte le invenzioni sono basate sulla conoscenza, sull'esperienza; le invenzioni sono inevitabilmente limitate, perche' si appoggiano sulla conoscenza. Poiche' la conoscenza e' sempre limitata, le invenzioni non possono che essere limitate, sempre. Puo' darsi che in futuro non ci saranno piu' jet, ma qualcos'altro che andra' da Delhi a Los Angeles in due ore; si trattera' di un'invenzione basata sulla conoscenza acquisita in precedenza e perfezionata a poco a poco; ma questa non sara' creazione.

Allora che cos'e' la creazione? Che cos'e' la vita? La vita dell'albero, la vita del piccolo filo d'erba – la vita, non quella che si inventano gli scienziati, ma l'origine della vita – la vita, qualcosa che vive? Quello che vive, voi potete ucciderlo, ma la vita e' sempre li' in qualcos'altro. Non dite

di si' o di no, rendetevi conto piuttosto che stiamo indagando sull'origine della vita, stiamo per affrontare con la nostra indagine l'assoluto, qualcosa di veramente meraviglioso. L'assoluto non e' una ricompensa, non ve lo potete portare a casa per usarlo.

Che cos'e' per voi la meditazione? Che cos'e' la meditazione? Questa parola, nel linguaggio corrente e nel significato che ne da' il dizionario, vuol dire "ponderare, pensarci sopra, concentrarsi, imparare a concentrarsi, non lasciare che il cervello divaghi". E' questo che voi chiamate meditazione? Siate semplici, siate onesti. E di che si tratta? Prendersi ogni giorno un certo periodo di tempo, andare in una stanza e starsene tranquillamente seduti a meditare per dieci minuti o mezz'ora? Meditare e' concentrarsi? E' pensare a qualcosa di sublime? Qualsiasi sforzo conscio per meditare fa parte della stessa disciplina che usate per lavorare in ufficio, perche' dite: " Se medito, la mia mente diventera' calma, penetrero' in un altro stato di coscienza". La parola meditazione significa anche misurare, che vuol dire paragonare. La vostra meditazione diventa qualcosa di meccanico, perche' usate energia per concentrarvi su una figura, un'immagine, un'idea, e questa concentrazione divide. La concentrazione porta sempre con se' la divisione; volete concentrarvi su qualcosa, ma il pensiero divaga; allora dite a voi stessi che non dovete distrarvi e tornate a concentrarvi di nuovo. Rifate la stessa cosa per tutto il giorno, o per mezzora; poi smettete e dite di aver meditato. Questa meditazione e' raccomandata da tutti i guru e da tutti i loro seguaci. Per i cristiani l'idea e' questa: "Credo in Dio, mi sacrifico a Lui; percio' prego per salvarmi l'anima". E' meditazione questa? Io non so nulla di questo genere di meditazione; e' come voler raggiungere un risultato: se medito per mezz'ora, alla fine mi sento meglio. Ma esiste una meditazione di turt'altro genere? Non accettate nulla di quello che dice chi vi parla, a nessun costo. Chi vi parla

dice che quella non e' affatto meditazione; e' solo un processo volto a conseguire qualcosa. Se un giorno non siete stati capaci di concentrarvi, ci riprovate per un mese finche' dite: "Ecco, ora ci sono riuscito". E' esattamente lo stesso processo che avviene quando un impiegato diventa dirigente. Allora, esiste una meditazione di altro genere? Una meditazione che non e' sforzo, non e' misura, non e' routine, non e' qualcosa di meccanico? Esiste una meditazione in cui non c' e' alcun senso di paragone, alcun senso di ricompensa o di punizione? Esiste una meditazione che non si basi sul pensiero, il quale e' misura, tempo e tutto il resto?

Come si puo' spiegare che cos'e' una meditazione che non ha nulla a che fare col misurare, che non ha nulla da ottenere, che non dice: "Io sono questo, ma diventero' quello"? Intendendosi con "quello" dio o un superangelo. Esiste una meditazione che non ha assolutamente nulla a che fare con lo sforzo? Chi vi parla dice che c'e'. Ma non siete obbligati ad accettare quest'affermazione. Forse chi vi parla sta dicendo delle sciocchezze; tuttavia egli vede che da un punto di vista logico la meditazione che si e' soliti fare e' autoipnosi, e' ingannare se stessi. Ma se smettete di ingannarvi, se la fate finita con tutto quel processo meccanico, esiste un a meditazione completamente diversa? Purtroppo chi vi parla dice di si'. Ma non ci potete arrivare attraverso uno sforzo, concentrando tutta la vostra energia in una particolare direzione. E' qualcosa che pretende un silenzio assoluto.

Prima di tutto, cominciate con molta umilta', molta, molta umilta', molto delicatamente, senza fretta, senza aggressivita', senza dire "devo farlo". Questo richiede di avere non solo un senso straordinario della propria solitudine, ma anche un senso di... Non ve lo devo descrivere. Non devo descriverlo, perche' voi poi vi perdereste nelle descrizioni. Se lo descrivo, la descrizione

non e' la realta'. La descrizione della luna non e' la luna, un dipinto dell'Himalaia non e' l'Himalaia. Percio' basta con le descrizioni. Sta a voi scherzare con la meditazione o prenderla sul serio, sta a voi farla a modo vostro cercando di raggiungere qualcosa di speciale, una ricompensa o cose del genere. Nella meditazione che non ha nulla a che fare con lo sforzo, che non ha alcuna pretesa di raggiungere qualcosa, che non ha nulla a che fare col pensiero, il cervello e' quieto, di una quiete che non e' imposta dalla volonta', da un proposito, da una decisione, da tutte quelle sciocchezze: e' tranquillo. Ed essendo tranquillo, possiede uno spazio infinito. State aspettando che sia io a portare avanti l'indagine, per poi adeguarvi alle mie spiegazioni? Che razza di persone siete?

Allora, e' mai stato calmo il vostro cervello? Ve lo sto chiedendo. Il vostro cervello pensa, teme, si preoccupa del vostro lavoro in ufficio, della vostra famiglia, si preoccupa di cosa faranno i vostri figli o le vostre figlie; pensare vuol dire tempo e pensiero. E' mai stato tranquillo il vostro cervello? Senza ricorrere alle droghe, al whisky, ai tanti modi che ci sono di drogarsi. La vostra fede e' una droga. Vi drogate quando dite: "Si', e' proprio cosi'; l'ha detto Buddha, quindi deve essere giusto". Vi drogate continuamente, percio' non avete quell'energia che e' assolutamente necessaria per penetrare in qualcosa di immenso.

Ora torniamo al punto di partenza: ci interessava scoprire che cos'e' la creazione. Che cos'e' la creazione? Non ha niente a che fare con l'invenzione. Allora che cos'e' la creazione, l'origine, il principio? Che cos'e' la vita? Non l'andare in ufficio e tutto il resto, il sesso e i bambini, oppure niente bambini ma soltanto sesso e cosi' via. Che cos'e' la vita? Che cosa da' la vita a quel filo d'erba nel cemento? Che cos'e' la vita in noi? Non tutte quelle cose che dobbiamo sopportare: il potere, la posizione, il prestigio, la celebrita' oppure la cattiva reputazione; tutto

questo non e' la vita, e' solo parte del cattivo uso che ne facciamo. Ma la vita, che cos'e'?

Perche' venite ad ascoltarmi? Che cosa vi induce ad ascoltare quest'uomo? Ammesso che stiate davvero ascoltando. Che motivo c'e' dietro il vostro ascolto? Che cosa volete? Che cosa desiderate? Dietro il desiderio c'e' un motivo. Che cos'e' il desiderio? Il desiderio fa parte della sensazione, no? Vedo questo magnifico orologio, o un orologio brutto; questa e' una sensazione. Il vedere produce una sensazione. Dalla sensazione nasce il pensiero, che costruisce un'immagine. Cioe', vedo quest'orologio, e' piuttosto bello e mi piacerebbe possederlo. C'e' la sensazione di vedere, poi, sopraggiunge il pensiero che da quella sensazione costruisce un'immagine. In quel momento nasce il desiderio. E' molto semplice.

Esiste un cervello, il vostro cervello, che non sia oscurato, infangato dall'ambiente, dalla tradizione, dalla societa' e da tutto il resto? Allora, qual e' l'origine della vita? Aspettate che sia io a rispondere? Questo e' un argomento troppo serio perche' voi lo trattiate con leggerezza; stiamo provando a penetrare in qualcosa che non ha nome, che non ha fine. Posso uccidere quell'uccello, ma ce ne sara' sempre un altro; non posso uccidere tutti gli uccelli, ce ne sono troppi sulla terra. Stiamo addentrandoci con la nostra indagine in quello che crea un uccello. Che cos'e' la creazione che sta dietro a tutto questo? State aspettando che sia io a descrivervelo, che sia io ad affrontare l'argomento? Volete che sia io ad affrontare l'argomento? Perche'?

(Dal pubblico): Per capire che cos'e' la creazione.

Perche' lo chiedete? E' perche' l'ho chiesto io? Nessuna descrizione potra' mai descrivere l'origine. L'origine e' senza nome; l'origine e' quiete assoluta, non e' un rumoroso ronzio. La creazione e' quanto c'e' di piu' santo, e' la cosa

piu' sacra della vita; e se avete combinato un pasticcio con la vostra vita, cambiatela! Cambiatela oggi, non domani. Se non siete certi di volerlo fare, scoprite il perche', e siatene certi. Se non pensate correttamente, imparate a farlo, pensate con logica. Se non preparate questa base, se tutto questo non e' risolto, non potete entrare nel mondo della creazione.

E' finita. [Queste parole sono appena udibili, sussurrate piu' che dette].

Questo e' l'ultimo discorso. Volete che restiamo seduti insieme per un po', in silenzio? Va bene, signori, rimanete in silenzio per un poco.

Vivere senza sforzo

Per la maggior parte di noi, tutta la vita si basa su uno sforzo, su una forma o l'altra di volizione. Non riusciamo a concepire un'azione senza volizione, senza sforzo. La nostra vita sociale, economica, e quella cosiddetta spirituale consistono in una serie di azioni finalizzate, che culminano sempre in certi risultati. E noi pensiamo dunque che uno sforzo sia essenziale, indispensabile.

Ma cosa ci spinge a fare sforzi? Non è forse, in parole povere, il desiderio di conseguire un risultato, di diventare qualcosa, di raggiungere un obiettivo? Se non ci impegniamo in qualcosa, temiamo di ristagnare. Abbiamo un'idea del fine che ci sforziamo costantemente di raggiungere; e quello sforzo è divenuto parte della nostra vita. Se vogliamo trasformare noi stessi, se desideriamo produrre in noi un cambiamento radicale, facciamo uno sforzo tremendo per eliminare le vecchie abitudini, per resistere alle influenze solite dell'ambiente circostante e così via. Dunque, siamo abituati a questa serie di sforzi allo scopo di trovare o raggiungere qualcosa, anzi, più in generale, allo scopo di vivere.

Ma un simile sforzo non è forse tutto frutto dell'attività del sé?

Non è forse lo sforzo un'attività egocentrica?

Se lo sforzo nasce dal centro del sé, finisce inevitabilmente per produrre ulteriore conflitto, confusione, infelicità. E tuttavia, continuiamo a fare uno sforzo dopo l'altro.

Pochissimi tra noi si rendono conto del fatto che l'attività egocentrica propria dello sforzo non serve a risolvere alcun problema; al contrario, acuisce la nostra confusione, infelicità, sofferenza. Sappiamo che è così, eppure continuiamo a sperare di riuscire in qualche modo a superare l'attività egocentrica insita nello sforzo, l'azione della volontà.

Credo che comprenderemo il significato della vita se comprendiamo cosa significa fare uno sforzo.

Attraverso lo sforzo si realizza forse la felicità?

Avete mai provato a essere felici?

E' impossibile, non è così?

Ci si sforza di essere felici, ma la felicità non arriva mai.

La gioia non si ottiene sopprimendo, controllando o soddisfacendo i desideri.

Potete dare libero sfogo ai vostri desideri' ma alla fine resta l'amarezza.

Potete sopprimerli o tenerli sotto controllo, ma il conflitto è sempre in agguato.

Dunque la felicità non scaturisce da uno sforzo, né si può ottenere attraverso il controllo e la soppressione dei desideri. Ciò nonostante, tutta la nostra vita consiste in una serie di rinunce forzate, di controlli, di cedimenti che poi si rimpiangono. E inoltre siamo costantemente sopraffatti e in lotta con le nostre passioni, con la nostra avidità e stupidità. Si può forse negare che ci affanniamo, lottiamo, ci

sforziamo nella speranza di trovare la felicità, di trovare qualcosa che ci dia un senso di pace e di amore?

Ma possono l'amore e la comprensione nascere dal conflitto?

Credo sia molto importante chiarire cosa intendiamo per lotta, conflitto o sforzo.

Lo sforzo non costituisce forse una lotta per cambiare ciò che è in ciò che non è, oppure in ciò che dovrebbe essere o dovrebbe diventare? In altri termini, lottiamo costantemente per evitare di affrontare ciò che è, o cerchiamo di allontanarcene, oppure ci sforziamo di trasformarlo o modificarlo. Un individuo veramente contento è colui che comprende ciò che è e attribuisce ad esso il giusto significato. Quella è la vera letizia; non dipende dal possesso di un numero maggiore o minore di oggetti, ma dalla comprensione totale del significato di ciò che è; e ciò si può verificare soltanto quando si riconosce ciò che è, quando se ne è consapevoli, non quando si cerca di modificarlo o cambiarlo.

Lo sforzo consiste quindi in una lotta per trasformare ciò che è in quel che desideriamo che sia. Mi riferisco qui a una lotta di natura psicologica, non allo sforzo per risolvere un problema concreto, come ad esempio nel campo dell'ingegneria, in cui scoperte e trasformazioni sono puramente tecniche.

Sto parlando soltanto di quella lotta che è psicologica e che finisce sempre per prevalere sulle questioni tecniche. Si può edificare con la massima cura una splendida società, utilizzando le infinite conoscenze che la scienza ci ha fornito. Ma fin tanto che il conflitto e la lotta psicologici non vengono compresi, e le implicazioni e le dinamiche psicologiche non vengono superate, la struttura della

società è destinata a crollare, come è accaduto più volte nel corso della storia.

Lo sforzo è una distrazione da ciò che è. Nel momento in cui accetto ciò che è, la lotta cessa. Qualunque forma di lotta o di conflitto è sintomo di distrazione; e la distrazione, che si identifica con lo sforzo, sussiste inevitabilmente fin tanto che psicologicamente coltivo il desiderio di trasformare ciò che è in qualcosa di diverso.

Innanzitutto dobbiamo essere liberi di percepire il fatto che la gioia e la felicità non si realizzano mediante uno sforzo. La creazione nasce dallo sforzo o piuttosto dalla cessazione dello sforzo? Quand'è che si scrive, si dipinge o si canta? Quand'è che si crea? Non c'è dubbio: quando non ci si sforza di farlo, quando si è completamente aperti, quando a tutti i livelli si è in comunicazione totale, completamente integrati. Solo allora c'è gioia e si può dunque cantare o comporre una poesia o dipingere o dare forma a qualcosa. Il momento della creazione non nasce dalla lotta.

Forse, se afferriamo la questione della creatività, saremo in grado di comprendere cosa intendiamo per sforzo. La creatività è il risultato di uno sforzo? Siamo consapevoli nei momenti in cui siamo creativi? Oppure la creatività è una sensazione di totale dimenticanza di sé, quella che si prova quando non c'è tumulto, quando si è del tutto inconsapevoli del movimento del pensiero, quando c'è solo completezza, pienezza, ricchezza dell'essere? E' tale stato il frutto di un travaglio, una lotta, un conflitto, uno sforzo? Non so se avete mai notato che, quando si fa qualcosa con facilità, rapidamente, non c'è sforzo, ogni traccia di lotta è assente; ma poiché le nostre vite sono per lo più una sequenza di battaglie, conflitti e lotte, non riusciamo a immaginare una vita, uno stato dell'essere, in cui ogni contrasto sia pienamente acquietato.

Per comprendere questo stato dell'essere privo di contrasti, questo stato di esistenza creativa, è certo che bisogna esaminare l'intero problema dello sforzo. Per sforzo intendiamo la lotta per autorealizzarsi, per diventare qualcosa, non è così? Sono questo e voglio diventare quello; non sono quello, e voglio diventarlo. Nel diventare "quello" è implicito il contrasto, la battaglia, il conflitto, la lotta. In questa lotta la nostra preoccupazione principale è, inevitabilmente, l'autorealizzazione attraverso il conseguimento di un fine; noi la cerchiamo in un oggetto, in una persona, in un'idea, e ciò richiede una costante battaglia, lo sforzo di diventare, di realizzare. Dunque, lo sforzo ci appare inevitabile; ma mi chiedo se lo sia davvero: è proprio inevitabile lottare per diventare qualcosa? Da cosa ha origine tale lotta? Dovunque ci sia desiderio di autorealizzazione, in qualunque misura e a qualunque livello, c'è, per forza di cose, lotta.

L'autorealizzazione è il motivo, la spinta dietro lo sforzo; che si tratti del grande dirigente, della casalinga o del povero, in tutti c'è la stessa battaglia per diventare, realizzare, andare avanti.

Ma da dove scaturisce questo desiderio di autorealizzazione? Ovviamente il desiderio di realizzarsi, di diventare qualcosa, sorge quando si ha la consapevolezza di non essere nulla. Poiché non sono nulla, poiché sono inadeguato, vuoto, intimamente povero, lotto per diventare qualcosa; esternamente o internamente lotto per realizzarmi in una persona, in una cosa, in un'idea. L'intero processo della nostra esistenza consiste nel riempire quel vuoto. Essendo consapevoli del nostro essere vuoti e intimamente poveri, lottiamo o per accumulare oggetti esterni o per coltivare ricchezze interiori. C'è sforzo soltanto quando si cerca di sfuggire a quel vuoto interiore attraverso l'azione, la contemplazione, l'acquisizione, il successo, il potere, e così via. E' questa la nostra esistenza

quotidiana. Sono consapevole della mia inadeguatezza, della mia povertà interiore, e lotto per sfuggirla o per colmarla. Ma la fuga, l'eviramento, il tentativo di occultare il vuoto, comportano lotta, conflitto, sforzo.

Ma cosa succede se non si fa alcuno sforzo per fuggire? Si vive con quella solitudine, quel vuoto; e nell'accettare il vuoto si scopre che ciò fa emergere uno stato creativo che non ha nulla a che fare con la lotta, con lo sforzo. Lo sforzo sussiste solo fin tanto che cerchiamo di evitare la solitudine, il vuoto interiore, ma quando ci soffermiamo a osservare tale solitudine, quando accettiamo ciò che è senza evitarlo, scopriamo che a quel punto si realizza uno stato dell'essere in cui ogni contrasto è pienamente acquietato, uno stato che è creatività, e non il risultato di una lotta.

Quando si ha comprensione di ciò che è – il vuoto, l'inadeguatezza interiore – , quando si vive con quella inadeguatezza e la si comprende appieno, ecco realizzarsi la realtà creativa, l'intelligenza creativa che sola porta felicità.

Perciò l'azione, così come la conosciamo, è in realtà reazione, un divenire incessante che è negazione, evitamento di ciò che è.

Ma quando si ha consapevolezza del vuoto senza alternative, senza condannare o giustificare, allora nella comprensione di ciò che è ecco realizzarsi l'azione, e tale azione è l'essere creativo.

Comprenderete questo se avrete consapevolezza di voi stessi in azione.

Osservatevi mentre agite, non solo esternamente seguite il movimento dei vostri pensieri e sentimenti Quando avrete raggiunto la consapevolezza di tale movimento, vi accorgerete che il processo di pensiero, che comprende anche sentimento e azione, si basa su un'idea di divenire.

Questa sorge soltanto quando c'è un senso di insicurezza, che a sua volta emerge quando si è consapevoli del vuoto interiore. Se siete consapevoli dei processi del pensiero e del sentimento, vi accorgerete che c'è una costante battaglia in corso, uno sforzo per cambiare, per trasformare, per alterare ciò che è. E' questo lo sforzo per diventare qualcosa, e diventare qualcosa è un tentativo diretto di evitare ciò che è. Attraverso l'autoconoscenza, attraverso la costante consapevolezza, scoprirete che la lotta, la battaglia, il conflitto del diventare, conducono al dolore, alla sofferenza e all'ignoranza. Solo se siete consapevoli della vostra inadeguatezza interiore e convivete con essa senza infingimenti, accettandola pienamente, scoprirete una straordinaria tranquillità, una tranquillità che non è costruita, artificiale, ma che accompagna la comprensione di ciò che è. Solo in quello stato di tranquillità c'è l'essere creativo.

Sul problema dell'azione

Vorrei scrivere qualcosa sul problema dell'azione.

Da principio potrà sembrare piuttosto astruso e difficile, ma spero che riflettendoci saremo in grado di vedere la questione con chiarezza, poiché tutta la nostra esistenza, tutta la nostra vita, è un processo d'azione.

La vita della maggior parte di noi consiste in una serie di azioni, apparentemente sconnesse, le une indipendenti dalle altre, che portano disgregazione e frustrazione. E' un problema che riguarda ciascuno di noi, perché viviamo attraverso l'azione e senza azione non c'è vita, né esperienza, né pensiero. Il pensiero è azione; e se ci si limita a perseguire l'azione a un particolare livello di coscienza, quello esteriore, facendosi coinvolgere nell'azione esterna senza comprendere l'intero processo dell'azione in sé, si va inevitabilmente incontro a frustrazione e infelicità.

La nostra vita consiste in una serie di azioni o, in altri termini, è un processo d'azione a diversi livelli di coscienza. La coscienza consiste a sua volta nell'avere esperienza delle cose, nel dare loro un nome e nel registrarle. La coscienza è quindi innanzitutto sfida e risposta, ossia esperienza, attribuzione di un nome, e infine registrazione, cioè memoria.

Ma questo processo non è forse azione? La coscienza è azione; e senza sfida e risposta, senza esperienza, senza attribuzione di un nome, di un termine, senza registrazione, cioè memoria, non c'è azione.

E' l'azione che crea l'attore. Ossia, l'attore acquisisce esistenza quando l'azione ha un risultato, un fine in vista. Se nell'azione non c'è la prospettiva di un risultato, non c'è neanche l'attore; ma se c'è un fine o risultato in vista, allora l'azione dà origine all'attore. Di conseguenza, attore, azione e fine o risultato, costituiscono un processo unitario, un unico processo che si realizza quando l'azione ha un fine in vista. L'azione volta a un risultato è volontà; altrimenti non c'è volontà, no? Il desiderio di raggiungere un fine dà origine alla volontà, che è l'attore – io voglio raggiungere un risultato, voglio scrivere dei libri, voglio essere ricco, voglio dipingere un quadro.

Questi tre stati ci sono ben noti: l'attore, l'azione e il fine. Di questo è fatta la nostra vita quotidiana. Sto semplicemente vedendo ciò che è; ma cominceremo a comprendere come trasformare ciò che è solo quando lo esamineremo con lucidità, evitando ogni illusione, pregiudizio o parzialità.

Orbene, questi tre stati che costituiscono l'esperienza – l'attore, l'azione e il fine – rappresentano indubbiamente un processo di divenire. Altrimenti non c'è divenire, non è così? Se non c'è alcun attore, e non c'è azione rivolta a un fine, non c'è divenire; e la vita così come la conosciamo, la nostra vita quotidiana, è un processo di divenire. Sono povero e agisco con un fine in vista, quello di diventare ricco. Sono brutto e voglio diventare bello.

Dunque la mia vita è un processo per diventare qualcosa. La volontà di essere è la volontà di divenire, a diversi livelli di coscienza, in diverse condizioni, in cui c'è sfida, risposta, attribuzione di un nome e registrazione. Ma

questo divenire è sforzo, è sofferenza, non è così? E' una lotta costante: sono questo e voglio diventare quello.

Dunque il problema è: può esserci azione senza divenire? Può esserci azione senza sofferenza, senza questa costante battaglia? Se non c'è un fine, non c'è alcun attore, perché è l'azione con un fine in vista che crea l'attore.

Ma può esserci azione senza un fine in vista, e quindi senza un attore – ossia, senza il desiderio di un risultato? Un'azione siffatta non è un divenire e quindi non è una lotta. C'è uno stato dell'azione, uno stato dell'esperire, in cui sono assenti sia colui che esperisce, sia l'esperienza. Tutto ciò suona alquanto filosofico, ma in realtà è piuttosto semplice.

Nel momento dell'esperire, non si è consapevoli di se stessi In quanto soggetti che esperiscono distinti dall'esperienza; si è in uno stato dell'esperire. Si prenda un esempio assai familiare: la rabbia. Nel momento in cui si è arrabbiati, non esistono né colui che esperisce, né l'esperienza, ma soltanto l'esperire. Non appena ne siamo fuori un secondo dopo la sensazione di rabbia, ecco manifestarsi il soggetto che esperisce e l'esperienza, l'attore e l'azione con un fine in vista, quello di liberarsi dell'ira o di soffocarla. Siamo ripetutamente in questo stato dell'esperire, ma ne veniamo sempre fuori, gli attribuiamo un nome e lo registriamo, dando in tal modo continuità al divenire.

Se riusciamo a comprendere l'azione nel senso fondamentale del termine, allora quella comprensione fondamentale influenzerà anche le nostre attività superficiali; ma prima è necessario comprendere la natura fondamentale dell'azione. L'azione scaturisce forse da un'idea? Si ha prima un'idea e poi si agisce? Oppure viene prima l'azione e poi, dal momento che l'azione crea

conflitto, intorno ad essa si costruisce un'idea? E l'azione che crea l'attore? Oppure l'attore viene prima dell'azione?

E' molto importante scoprire cosa viene prima. Se viene prima l'idea, allora l'azione si conforma semplicemente a un'idea e, dunque, non è più azione ma imitazione, coazione in risposta a un'idea. E' molto importante rendersi conto di ciò perché, essendo la nostra società strutturata principalmente sul piano intellettuale o verbale, per tutti noi viene prima l'idea, seguita dall'azione. L'azione è dunque al servizio di un'idea, e già il semplice concepimento di idee va ovviamente a scapito dell'azione. Le idee alimentano altre idee, e quando ci si limita a coltivare idee, sorge antagonismo; a causa del processo intellettuale d'ideazione, la società diventa macrocefala. La nostra struttura sociale è fortemente intellettuale; coltiviamo l'intelletto a spese di ogni altro aspetto del nostro essere e, di conseguenza, siamo soffocati dalle idee.

Ma possono le idee produrre azione oppure plasmano semplicemente il pensiero, limitando così l'azione? Quando l'azione è costretta da un'idea, non potrà mai liberare l'uomo. E' estremamente importante per noi comprendere questo punto. Se un'idea forgia l'azione, quest'ultima non potrà mai offrire una soluzione alle nostre miserie. L'indagine sul processo ideativo, sulla produzione di idee, che siano quelle dei socialisti, dei capitalisti, dei comunisti, o quelle delle varie religioni, è di immensa importanza, soprattutto oggi che la nostra società è sull'orlo del baratro, sotto la minaccia di un'altra catastrofe, di un'altra tragica amputazione.

Coloro che hanno seriamente intenzione di scoprire la soluzione umana ai numerosi problemi che ci affliggono innanzitutto comprendere il processo di ideazione.

Cosa si intende per idea? Come nasce un'idea? E' possibile conciliare idea e azione? Supponiamo che io abbia

un'idea e intenda tradurla in pratica; cerco un metodo per farlo, e insieme riflettiamo, sprecando tempo ed energie a litigare su come attuare la mia idea. Dunque, è davvero molto importante scoprire come nascono le idee; e dopo aver scoperto la verità su questo punto, possiamo discutere la questione dell'azione. Senza discutere le idee, non ha senso cercare semplicemente di scoprire come agire.

Allora, in che modo vi vengono le idee – anche idee molto semplici, non necessariamente idee filosofiche, religiose o economiche? Naturalmente si tratta di un processo di pensiero, non è così? Senza un processo di pensiero, non può esserci alcuna idea. Così, devo comprendere il processo di pensiero prima di poterne comprendere il prodotto, l'idea. Cosa si intende per pensiero? Quando si pensa? E' ovvio che il pensiero è il risultato di una reazione, neurologica o psicologica: è la risposta immediata dei sensi a una sensazione, oppure è di natura psicologica, è la risposta della memoria immagazzinata. C'è dunque la reazione immediata dei nervi a una sensazione, e c'è la risposta psicologica della memoria immagazzinata, l'influenza della razza, del gruppo, del guru, della famiglia, della tradizione e così via – tutto ciò viene chiamato pensiero. Quindi, il processo del pensiero è la risposta della memoria. Non avremmo pensieri se non avessimo memoria; e la risposta della memoria a una certa esperienza attiva il processo del pensiero. Poniamo, ad esempio, che io abbia il ricordo immagazzinato dell'identità nazionale e mi autodefinisca indù. Quella riserva di ricordi relativi a risposte, azioni, implicazioni, tradizioni, usanze appartenenti al mio passato reagisce alla sfida costituita da un musulmano, un buddhista o un cristiano, e la risposta della memoria alla sfida mette inevitabilmente in moto un processo di pensiero.

Osservate il processo del pensiero che opera in voi e potrete verificare direttamente la verità di questa

descrizione. Siete stati insultati da qualcuno e l'episodio resta nella vostra memoria, forma parte del vostro retroterra. Quando incontrate quella persona, che rappresenta la sfida, la risposta è il ricordo dell'insulto subito. Così la risposta della memoria, che costituisce il processo di pensiero, dà origine a un'idea; dunque l'idea è sempre condizionata – ed è importante comprenderlo. In altri termini, l'idea è il risultato del processo di pensiero, il processo di pensiero è la risposta della memoria, e la memoria è sempre condizionata. La memoria è sempre ferma al passato, ma viene riportata in vita nel presente da una sfida. La memoria non ha vita propria; rinasce quando ci si trova dinanzi a una sfida. E, che sia addormentata o sveglia, la memoria è sempre condizionata, non è così?

Perciò, bisogna ricorrere a un approccio alquanto differente. Bisogna scoprire autonomamente, dentro di sé, se si agisce in base a un'idea e se può esserci azione senza ideazione. Cerchiamo di capire che cosa si intende per azione che non sia basata su un'idea.

Quand'è che si agisce in assenza di ideazione? Quando si ha un'azione che non è frutto dell'esperienza?

Un'azione basata sull'esperienza è, limitante e perciò costituisce un ostacolo.

Un'azione che non sia frutto di un'idea può dirsi spontanea quando non è soggetta al controllo del processo di pensiero, che si fonda sull'esperienza; ciò significa che l'azione indipendente dall'esperienza è possibile quando la mente non controlla l'azione stessa.

E' quello l'unico stato in cui c'è comprensione: quando la mente, che si fonda sull'esperienza, non guida l'azione; quando il pensiero, che si fonda sull'esperienza, non forgia l'azione. E che cos'è l'azione quando non c'è processo di pensiero? Può esserci azione in assenza di un processo di

pensiero? Poniamo che io voglia costruire un ponte o una casa; conosco la tecnica, che mi insegna come costruirli. E' questo che chiamiamo azione. Sono azioni lo scrivere una poesia, il dipingere, l'avere responsabilità di governo, il reagire a fattori sociali e ambientali. Tutte si fondano su un'idea o su una precedente esperienza, che forgiano l'azione.

Ma esiste azione in assenza di ideazione?

Certamente una tale azione è possibile quando cessa l'idea; e l'idea cessa soltanto quando c'è amore. L'amore non è ricordo, non è esperienza, l'amore non è pensare alla persona che si ama perché in tal caso è semplicemente un pensiero. Non si può pensare all'ardore. Si può pensare alla persona che si ama o a cui si è devoti – al proprio guru, alla propria immagine, alla propria moglie o al proprio marito –, ma il pensiero, il simbolo, non è quella realtà che è l'amore. Perciò l'amore non è un'esperienza.

Quando c'è amore, c'è azione, non è così? E quell'azione, non è forse liberatoria? Essa non è il risultato di un processo mentale, e non c'è divario fra amore e azione come c'è invece fra idea e azione. L'idea è sempre vecchia, la sua ombra si proietta sul presente costringendoci perennemente a cercare di colmare il divario fra azione e idea. Quando c'è amore – che non è un processo mentale, non è ideazione, non è ricordo, non è il risultato di un'esperienza o di una disciplina praticata – ebbene, quell'amore stesso è azione. E' questa l'unica cosa che porta alla liberazione. Fin quando esistono processi mentali, fin quando l'azione è forgiata da un'idea che è esperienza, non può esserci liberazione; e fin quando quel processo continua, ogni azione è inevitabilmente limitata.

Quando percepiamo la verità di tutto ciò, allora si realizza la qualità dell'amore, che non è un processo mentale e non può essere pensato.

Bisogna essere consapevoli di questo processo totale, di come nascono le idee, di come l'azione scaturisce da esse, e di come le idee controllano l'azione e perciò la limitano, dipendendo dalla sensazione. Non importa quali siano le idee, se siano di sinistra o di estrema destra. Fin tanto che ci aggrappiamo alle idee, siamo in uno stato in cui non può esserci esperienza alcuna; ci limitiamo a vivere nel regno del tempo – nel passato, che continua a produrre sensazioni, o nel futuro, che è in sé una diversa forma di sensazione. Soltanto quando la mente è libera dalle idee, è possibile esperire.

Le idee non sono la verità; la verità è qualcosa che deve essere sperimentata direttamente, di momento in momento. Non è un'esperienza che si desidera – poiché in tal caso è semplicemente sensazione. Solo quando si riesce ad andare oltre il groviglio delle idee – che costituisce l'"io", la mente, che è dotato di parziale o totale continuità – , solo quando si riesce a superarlo, allorché il pensiero è completamente muto, solo allora si realizza uno stato dell'esperire. E si saprà allora che cos'è la verità.

Dialogo tra Jiddu Krishnamurti e Swami Venekatesananda

Traduzione a cura di Luciano Giusti.

Swami Venekatesananda: *- Krishnaji, io vengo umilmente a parlare ad un Guru, non nel senso di adorare un eroe ma nel senso letterale che la parola Guru significa, che è rimuovere dall'oscurità, dall'ignoranza. La parola "GU" sta per l'oscurità dell'ignoranza e la parola "RU" sta per colui che rimuove, colui che dissipa, disperde, scaccia. Da ciò deriva che Guru è la luce che dissipa l'oscurità dell'ignoranza e voi siete quella luce per me ora. Noi sediamo nella tenda qui a Saanen ascoltandovi e non posso trattenermi dal visualizzare analoghe scene; per esempio del Budda che dirigeva il Bikshus, o di Vasishta che istruiva Rama nella corte reale di Dasaratha. Noi abbiamo alcuni esempi di questi Guru nelle Upanishad. Primo vi fu Varuna Il Guru. Egli semplicemente pungolava il suo discepolo con le parole «Tapasa Brahma»... «Tapo Brahmati». «Che cosa è Brama? – non chiedere a me». Tapo Brahman, tapas, l'austerità o la disciplina – o come voi stesso dite, "lo scoprire è Brahman e la disciplina è scoprire da soli la verità, sebbene a periodi". Yajuyavalkya e Uddhalaka adottarono un più diretto approccio. Il primo istruendo sua moglie Maitreyi, usava il metodo Neti-Neti: voi non potete*

descrivere Brahman positivamente, ma quando voi eliminate ogni cosa ed oltre, lì è Brahaman. Come voi diceste l'altro giorno, l'amore non può essere descritto: "Questo è... questo è ciò", ma solo vedere-eliminare ciò che non è amore. Uddhalaka usava diverse analogie per spingere i suoi discepoli a vedere la verità che riuscì a sintetizzare con la famosa espressione "Tat Twam Asi". Dakshinamurti istruiva i suoi discepoli con il silenzio e Chinmudra. Si è affermato che il S. Kumara andò da lui per istruirlo. Dakshinamurti rimaneva silenzioso e mostrava il Chinmudra, così i discepoli 10 osservavano ed avevano l'illuminazione. Si è creduto che uno non potesse realizzare la verità senza l'aiuto di un Guru. Chiaramente anche queste persone che vengono a Saanen sono grandemente aiutate nella loro ricerca. Ora, quale, secondo voi, dovrebbe essere il ruolo del Guru? Quello di un precettore oppure uno che risvegli l'attenzione?

Krishnamurti: - Signore, se voi state usando la parola nel suo senso classico, che è colui che dissipa il buio, l'ignoranza, può un altro, chiunque egli sia, illuminato o stupido, realmente, veramente aiutare a dissipare questo buio, quest'ignoranza che è in noi stessi? Supponiamo che " A " è ignorante e voi siete il suo Guru – Guru in senso accettato – , di uno che dissipa il buio, di uno che si carica del fardello di un altro, può un tale Guru aiutare un altro? O piuttosto, può il "Guru" disperdere il buio di un altro? Non teoricamente, ma effettivamente, realmente, ora. . Puoi tu, se sei il Guru di questo o di quello, dissipare la sua ignoranza, puoi tu dissipare l'oscurità per un altro? Sapendo che egli è infelice, confuso, che non ha un cervello sufficientemente sviluppato, che non ha amore sufficiente, o è triste, puoi tu dissipare tutto ciò? Oppure egli ha da lavorare tremendamente su se stesso? Tu potresti mettere in rilievo, potresti dire: «Guarda, c'è da andare attraverso quella porta», ma egli ha da fare il lavoro interamente da

solo dall'inizio alla fine. Quindi tu non sei un guru nell'accezione comune dì questa parola, se tu affermi che un altro non può aiutare.

Swami Venekatesananda: *- proprio questo: "i se ed i ma". La porta è lì. lo devo attraversarla. Ma vi è quest'ignoranza di dove sia la porta. Tu, mettendo in rilievo ciò, rimuovi quell'ignoranza.*

Krishnamurti: - Ma io ho da camminare lì. Signore, voi siete il Guru e voi mettete in rilievo quella porta. Voi avete finito il vostro lavoro.

Swami Venekatesananda: *- Così l'oscurità dell'ignoranza viene rimossa.*

Krishnamurti: - No, il vostro lavoro è finito ed è ora per me di svegliarmi, camminare e vedere ciò che è implicato attraverso il cammino. Ho da fare tutto ciò.

Swami Venekatesananda: *- Così è perfetto. .*

Krishnamurti: - Per questo voi non dissipate la mia ignoranza.

Swami Venekatesananda: *- Vi chiedo scusa, ma io non so come uscire da questa stanza. Sono ignorante circa l'esistenza di una porta in una certa direzione ed il Guru rimuove l'oscurità di quest'ignoranza. Ed allora io faccio i necessari passi per uscire fuori.*

Krishnamurti: - Signore, cerchiamo di essere chiari. L'ignoranza è mancanza di comprensione, di intelligenza, o la mancanza di comprensione di se stessi, non del se superiore o del se inferiore. La porta è il "Me" attraverso cui io ho da andare; essa non è fuori di me, non è una porta manufatta come quella porta colorata. ' C'è una porta in me attraverso la quale ho da andare. Ora lo sapete. "Fatelo".

Swami Venekatesananda: *- Esatto.*

Krishnamurti: - La vostra funzione come "Guru " è quindi finita. Voi non diventate importante, io non metto ghirlande intorno al vostro capo. Ho da fare interamente da solo tutto il lavoro. Voi non avete dissipato l'oscurità dell'ignoranza. Voi, piuttosto, avete messo in rilievo che "Tu sei la porta attraverso la quale tu, da te stesso, hai da andare" .

Swami Venekatesananda: *- Ma potreste voi, Krishnaji, accettare questo, che il mettere in rilievo era necessario?*

Krishnamurti: - Si, naturalmente. lo metto in rilievo, faccio questo. Noi tutti facciamo ciò. lo chiedo ad un uomo nella strada «Per favore, potreste dirmi quale è la strada per Saanen?» ed egli me lo dice, ma non perdo tempo in espressioni di devozione e dico «O mio Dio, tu sei il più grande uomo della terra!». Ciò è così puerile!

Swami Venekatesananda: *- Grazie, signore. . Chiusa la discussione su ciò che è il "Guru", vi è la questione di ciò che la discussione sia, che voi definite come apprendimento. I Vedanta classificano i cercatori secondo le loro qualità, requisiti o maturità, e prescrivono degli adatti metodi di apprendimento. II discepolo con più acuta percezione è istruito col silenzio, o con una concisa frase ravvivante e risvegliante come TatTwam-Asi. Cioè denominato Uttamadhicari. Al discepolo che ha una media sensibilità è dato un trattamento più elaborato. Ciò è denominato Madhamadhikari. Il lento di sensibilità o comprensione è accolto ed intrattenuto con storie e rituali che possono farlo saltare ad una più grande maturità; ciò è denominato Adhamadhikari. Forse voi vorreste fare un commento su questo?*

Krishnamurti: - Si, il vertice, il medio e la parte più bassa. Ciò implica, signore, che noi abbiamo da scoprire ciò che intendiamo per maturità.

Swami Venekatesananda: *- Potrei spiegare ciò? Voi diceste l'altro giorno, «II mondo intero sta bruciando, voi dovete rendervi conto e realizzare la serietà di quello che sta accadendo». Ciò mi toccò a fondo come un fulmine tale da afferrare questa verità. Ma , ve ne possono essere milioni a cui questa verità realmente non dà seccature; essi non hanno alcun interesse a ciò. Questi noi li chiamiamo Adhama, i più bassi o i meno elevati. Ve ne sono altri come gli Hippy ed altri i quali scherzano con questo, chi può essere intrattenuto con racconti o parabole e altri che dicono: «Noi siamo infelici» o che dicono «Noi sappiamo che la società è una confusione e perciò prendiamo droga» – e così via. . . E vi possono essere altri che sono sensibili a questa idea, che il mondo sta bruciando, e che immediatamente emettono scintille e li accende. Li troviamo ovunque. Come li dobbiamo trattare?*

Krishnamurti: - Come comportarsi con le persone che sono estremamente immature, quelle che sono parzialmente immature, e quelle che si considerano da sé mature?

Swami Venekatesananda: *- Giusto, esatto.*

Krishnamurti: - Per fare ciò dobbiamo comprendere cosa intendiamo per maturità. Voi cosa pensate sia la maturità? Può dipendere dall'età del tempo?

Swami Venekatesananda: *'" No.*

Krishnamurti: - Così possiamo togliere di mezzo ciò. Il tempo, l'età non sono indici di maturità. Allora vi è la maturità dell'uomo molto colto, dell'uomo che è intellettualmente molto capace.

Swami Venekatesananda: *- No, egli può girare e convertire le parole.*

Krishnamurti: - Bene, eliminiamo anche questo. Chi, secondo voi, dovrebbe essere considerato un uomo maturo?

Swami Venekatesananda: *- L'uomo che è capace di osservare.*

Krishnamurti: - Un momento, aspettate. Chiaramente l'uomo che va nelle chiese, nei templi, nelle moschee, non lo è; così l'intellettuale, il religioso e l'emotivo. Noi dovremmo dire, se eliminiamo tutto questo, che la maturità consiste nell'essere non centrati sul sé. Non "me" per primo e quindi ognuno secondo, o le mie emozioni per primo. Quindi la maturità implica l'assenza del "me".

Swami Venekatesananda: *- Frammentazione per usare una parola migliore.*

Krishnamurti: - Il "me" (;che cerca i frammenti. Ora come vi rivolgereste a quest'uomo? Ed all'uomo che è metà l'uno e metà l'altro, "me" e "non me", e l'altro ancora che è interamente "me", chi si diverte a rivolgersi a questi uomini? Come vi rivolgete verso questi tre?

Swami Venekatesananda: *- Come risvegliare questi tre? Questo è il problema.*

Krishnamurti: - Un momento! Nell'uomo che è completamente nel "me" non vi è risveglio, risorgere dall'indifferenza. Egli non vuole neanche ascoltarvi. Egli vi ascolterà se gli promettete qualcosa, il paradiso, l'inferno, timore, o più profitti nel mondo, più soldi; ma egli vi ascolterà e farà ciò solo per guadagnare, divenire, acquistare, è quindi immaturo.

Swami Venekatesananda: *- Giusto.*

Krishnamurti: - Tuttavia se Nirvana o Paradiso sono considerati conseguimento, od illuminazione, egli è immaturo. Ora come vorreste fare con quest'uomo?

Swami Venekatesananda: *- Raccontargli storie, parabole.*

Krishnamurti: - No, perche' dovrei raccontargli storie, ubriacarlo di più con le mie storie o con le vostre? Perche' non lasciarlo solo? Egli non ascolterebbe.

Swami Venekatesananda: *- Ciò è crudele.*

Krishnamurti: - Crudele in quale parte? Egli non vuole ascoltarvi. Siamo reali. Voi venite da me, ed io sono totalmente "me", io non sono interessato a null'altro che "me", ma voi dite «osserva, guarda, tu stai facendo confusione nel mondo, tu stai creando siffatta miseria per l'uomo», e soggiungo "prego andate oltre, cercate di uscirne" . Mettete il fatto in qualsiasi modo vi piaccia; mettetelo nelle storie, indoratelo con pillole, dolci pillole, ma egli non cambia il "me". Se lo fa egli arriva nel mezzo – il "me" ed il "non me". Questa è chiamata evoluzione: l'uomo che è in basso raggiunge la media.

Swami Venekatesananda: *- Come?*

Krishnamurti: - Dai colpi della vita. La vita lo forza con violenza, lo ammaestra. Vi è una guerra, odio; egli è distrutto – oppure va in una chiesa – la chiesa è una trappola per lui, non gli dà illuminazione, non gli dice: «per l'amor di Dio, spazza via tutto dal principio alla fine», ma essa dice che gli darà ciò che gli darà una evasione, un diversivo, tutto solo nel nome di Dio. Così essi (chiese e preti) lo tengono allo stesso livello con piccole modificazioni, un po' di pulizia, una migliore cultura, migliori vestiti. . . Ecco cosa sta succedendo. Ciò probabilmente mette insieme, come voi avete detto proprio ora, l'ottanta per cento del mondo, e forse di più, il novanta per cento.

Swami Venekatesananda: *- Cosa potete fare voi?*

Krishnamurti: - Non voglio aumentare ciò, non voglio raccontargli storie, non voglio intrattenerlo; perché vi sono altri che già lo intrattengono.

Swami Venekatesananda: *- Grazie.*

Krishnamurti: - Quindi vi è il tipo medio, il "me" ed il "non me", il quale fa riforme sociali, un po' di bene qui e lì, ma sempre il "me" operante. Socialmente, politicamente, religiosamente, in ogni maniera, il "me" è operante. Ma un poco più quieto, con un poco più di pulito. Ora a lui tu puoi parlare un po', dice «guarda, una riforma sociale è tutta giusta nel suo campo, ma ciò non ti conduce in nessun luogo» – e così via... Voi potete parlargli; forse egli vi ascolterà. L 'altro tipo non vi ascolterà, del tutto.

L'uomo di cui parliamo ora vi ascolterà mostrerà un po' d’attenzione e forse dice anche che tutto ciò è molto serio, ma che questo richiede anche moltissimo lavoro, e scivola di nuovo nel suo vecchio modello. Noi gli parleremo e 10 lasceremo. Ciò che egli vuole fare spetta a lui.

Ora, vi è l'altro tipo che sta per rendersi conto del processo del "me", che sta per uscire fuori dal circolo del "me"; qui tu puoi parlargli. Egli ti darà attenzione. Così uno parla a tutti e tre, non facendo distinzione fra quelli che sono maturi e quelli che non lo sono. Egli parlerà a tutte e tre le categorie, i tre tipi, e lascerà ciò che dice a loro.

Swami Venekatesananda: *- Colui che non sarà interessato, andrà via.*

Krishnamurti: - Egli andrà fuori della tenda, andrà fuori della porta; ciò è un suo affare. Egli va alla sua chiesa, al football, a divertirsi o dovunque ci sia qualcosa che lo interessi. Ma nel momento in cui voi dite «Tu sei immaturo e ti insegnerà qualcosa di più» egli vuole... divenire. ..

Swami Venekatesananda: *- Aumentare di valore...*

Krishnamurti: - Ecco! lì vi è pronto il seme del veleno. Signore, se il terreno è giusto, il grano mette radice – ma dire «Tu sei maturo e tu sei immaturo», ciò è totalmente sbagliato. Chi sono io per dire a qualcuno che egli è immaturo? Questo deve scoprirlo da solo.

Swami Venekatesananda: *- Ma può un idiota scoprire che egli è matto?*

Krishnamurti: - Se egli è idiota, semplicemente, non vi presterà attenzione. Vedete, signore, noi ce ne usciamo sempre fuori con l'idea del volere aiutare.

Swami Venekatesananda: *- Questo è ciò su cui stiamo basando tutta la nostra discussione.*

Krishnamurti: - Credo che il problema del volere aiutare, o del metodo di approccio del bisognevole di aiuto non è valido, eccetto nella coltivazione dei campi ed in quello tecnologico. Se sono ammalato è necessario andare dal dottore per essere curato. Psicologicamente, invece se sono mezzo addormentato, non vorrò ascoltarvi. Se sono semisveglio, vi ascolterò secondo la mia qualità, secondo i miei moti interiori. Quindi, a colui il quale dice «Voglio realmente svegliarmi, avere un risveglio psicologico», a quello voi potete parlare. Così come noi parliamo a tutti loro (rivolgendosi a quelli nella tenda).

"Attraverso i secoli l'uomo ha ricercato..."

Attraverso i secoli l'uomo ha ricercato qualcosa al di là di se stesso, al di là del benessere materiale – qualcosa che chiamiamo verità o Dio oppure realtà, uno stato eterno – qualcosa che non può essere turbato dagli avvenimenti, dal pensiero o dalla corruzione umana.

L'uomo si è sempre posto la domanda: che cosa è tutto quanto? la vita ha davvero un significato? Egli vede l'enorme confusione della vita, le brutalità, le rivolte, le guerre, le eterne fratture di religione, ideologia e nazionalità, e con un senso di profonda e costante frustrazione chiede cosa bisogna fare, cos'è questa cosa che chiamiamo vita, e se c'è qualcosa aldilà di essa.

E poiché non è riuscito a trovare quello che ha sempre cercato, questa cosa senza nome a cui vengono dati migliaia di nomi, ha coltivato la fede – fede in un saggio o in un ideale – e la fede invariabilmente genera violenza.

In questa perenne battaglia che chiamiamo vivere, tentiamo di fissare un codice di comportamento conforme alla società in cui siamo cresciuti, sia essa una società comunista o una cosiddetta società libera; accettiamo un modello di comportamento come parte della nostra tradizione in quanto Indù, o Musulmani o Cristiani, o qualsiasi cosa ci capiti di essere.

Osserviamo qualcuno per sapere quale sia il comportamento giusto e quale quello sbagliato, quale sia il pensiero giusto e quale quello sbagliato, e nel seguire questo modello il nostro comportamento e il nostro pensiero diventano meccanici, le nostre reazioni meccaniche Tutto ciò possiamo notano molto facilmente in noi stessi.

Per secoli siamo stati nutriti dai maestri, dalle autorità, dai libri, dai santi. Diciamo: "ditemi tutto, cosa c'è al di là delle colline e delle montagne e della terra?" e restiamo soddisfatti dalle loro descrizioni, il che significa che viviamo di parole è che la nostra vita è superficiale e vuota. Siamo persone di seconda mano. Abbiamo vissuto basandoci su quello che ci è stato detto, o guidati dalle nostre inclinazioni, tendenze, o costretti ad accettare dalle circostanze e dall'ambiente. Siamo il risultato di ogni forma di influenza, e non c e niente di nuovo in noi, niente che sia stato scoperto da noi stessi; niente di originale, intatto, chiaro.

Durante tutta la storia teologica i capi religiosi ci hanno assicurato che se avessimo compiuto certi riti, ripetuto delle preghiere o mantra, se ci fossimo adattati a certi schemi, avessimo soffocato i desideri, controllato i pensieri, sublimato le passioni, frenato l'avidità e avessimo evitato di abbandonarci al sesso, avremmo, dopo una sufficiente tortura della mente e del corpo, trovato qualcosa che fosse al di là di questa vita insignificante. Ed è quanto milioni di persone cosiddette religiose hanno fatto nei secoli, sia da soli, andandosene in un deserto o sulle montagne o in una caverna o vagando di villaggio in villaggio con una ciotola da mendicante, oppure in gruppo, riunendosi in monasteri, costringendo le loro menti a conformarsi ad un modello stabilito. Ma una mente torturata, una mente agitata, una mente che vuole sfuggire ad ogni inquietudine, che ha rifiutato il mondo esteriore ed è stata resa ottusa dalla

disciplina e dal conformismo – una mente del genere, per quanto a lungo possa cercare, nelle sue scoperte sarà sempre condizionata dalla propria deformazione.

Perciò mi sembra che per scoprire se veramente c'è o no qualcosa oltre questa ansiosa, colpevole, timorosa, competitiva esistenza ci si debba avvicinare l'uno all'altro in maniera completamente diversa.

L'approccio tradizionale è dall'esterno verso l'interno; nel riuscire con il tempo, la pratica, la rinuncia, ad arrivare a quel fiore chiuso nell'intimo, quell'intima bellezza e amore – in effetti a fare quanto vi rende angusti, meschini e pretenziosi; nel distaccarvi a poco a poco; nel prender tempo; lo farò domani, lo farò nella prossima vita – e quando infine si arriva al centro non si trova nulla, perché la mente è stata resa incapace, ottusa e insensibile.

Dopo aver osservato questo processo ci si chiede se non esista un approccio completamente diverso – cioè: non è possibile esplodere dal centro?

Il mondo accetta è segue l'approccio tradizionale. La causa primaria del disordine in noi stessi è la ricerca di una realtà promessa da un altro; seguiamo meccanicamente chi ci assicura una confortevole vita spirituale. E' veramente una cosa straordinaria che sebbene molti di noi siano contrari alle tirannie e alle dittature politiche accettino invece intimamente l'autorità e la tirannia di un altro che distorceranno le nostre menti e il nostro modo di vivere. Così se rifiutiamo completamente, non al livello intellettuale ma reale, qualsiasi cosiddetta autorità spirituale, tutte le cerimonie, i riti e i dogmi, significa che siamo soli e siamo ormai in conflitto con la società; non siamo più degli esseri rispettabili. Un essere rispettabile non può in alcun modo avvicinarsi a quella infinita, incommensurabile realtà.

Avete ora cominciato col ripudiare qualcosa di assolutamente falso – l'approccio tradizionale – ma se lo ripudiate per reazione avrete creato un altro modello in cui resterete intrappolati. Se voi vi dite al livello intellettuale che questo ripudio è veramente una buona idea ma in realtà non fate niente, non potrete più andare avanti. Se invece lo ripudiate perché ne comprendete la stupidità e l'immaturità, se lo rifiutate con straordinaria intelligenza, dal momento che siete libero e non spaventato, creerete in voi stessi e intorno a voi un grande turbamento ma sfuggirete alla trappola della rispettabilità. Vi renderete conto allora che non state più cercando.

Questa è la prima cosa da imparare: il non cercare. Quando cercate, in realtà, non fate altro che guardare le vetrine.

Alla domanda se esiste o meno un Dio, una verità o una realtà o comunque vogliate chiamarla, non può mai essere data una risposta dai libri, dai preti, dai filosofi o dai saggi. Nessuno e niente può dare una risposta alla domanda tranne voi stessi ed è questo il motivo per cui vi dovete conoscere.

L'immaturità è dovuta solamente all'ignoranza totale dell'io. Capire se stessi è il principio della saggezza.

E che cosa siete voi, voi in quanto esseri individuali? Penso che ci sia una differenza tra l'essere umano e l'individuo. L'individuo è una entità limitata, che vive in un particolare paese, appartiene a una particolare cultura, una particolare società, una particolare religione. L'essere umano non è una entità limitata ovunque. Se l'individuo si limita ad agire in uno speciale angolo del vasto campo della vita, allora la sua azione è completamente disgiunta dall'intero. Bisogna tenere presente che stiamo parlando dell'intero, non del particolare, dal momento che il più

piccolo è contenuto nel più grande, ma nel più piccolo non è contenuto il più grande.

L'individuo è quella piccola entità, condizionata, avvilita, frustrata, soddisfatta dei suoi meschini dèi e delle sue insignificanti tradizioni, mentre l'essere umano partecipa del benessere totale, della totale miseria e della totale confusione del mondo.

Noi esseri umani siamo quello che siamo stati per milioni di anni – enormemente avidi, invidiosi, aggressivi, gelosi, ansiosi, e disperati, con occasionali sprazzi di gioia e di amore. Siamo uno strano miscuglio di odio, paura e dolcezza; siamo contemporaneamente violenza e pace. C'è stato un progresso esteriore dal carro trainato dai buoi all'aeroplano a reazione, ma psicologicamente l'individuo non è affatto cambiato, e la struttura della società in tutto il mondo è stata creata da individui. La struttura sociale esteriore è il risultato della struttura psicologica interiore dei nostri rapporti umani, poiché l'individuo è il risultato della totale esperienza, conoscenza e comportamento dell'uomo. Ciascuno di noi è il depositario di tutto il passato.

L'individuo è l'umano che è tutta l'umanità. L'intera storia dell'uomo è scritta in noi stessi.

Osservate cosa realmente sta succedendo in voi e al di fuori di voi stessi in quella cultura competitiva entro cui vivete, col suo desiderio di potere, posizione, prestigio, fama, successo, e tutto il resto – osservate i risultati di cui andate tanto orgogliosi, l'intero campo che chiamate esistenza e in cui c'è conflitto in ogni forma di rapporto, che alimenta odio, antagonismo, brutalità e guerre incessanti. Questo campo, questa vita, è quanto conosciamo, e poiché siamo incapaci di capire l'enorme lotta dell'esistenza ne siamo naturalmente spaventati e cerchiamo di evaderne in ogni sorta di modi sottilmente ingegnosi. Ed anche l'ignoto

ci spaventa – ci spaventa la morte, ci spaventa quel che ci aspetta oltre il domani.

Abbiamo dunque paura del noto e dell'ignoto. Questa è la nostra vita quotidiana ed in essa non c'è speranza, per cui ogni possibile filosofia, ogni possibile concezione teologica altro non è che evasione dall'effettiva realtà di quel che è.

Tutte le forme esteriori di cambiamento determinate da guerre, rivoluzioni, riforme, leggi e ideologie hanno fallito completamente lo scopo di cambiare la natura fondamentale dell'uomo e quindi della società.

Chiediamoci dunque, come esseri viventi in questo mondo mostruosamente brutto, se può avere fine questa società, fondata sulla competizione, sulla brutalità e la paura. Non sarebbe una concezione intellettuale, non una speranza, ma una effettiva realtà, cosicché la mente sia resa pulita, nuova e innocente, e possa produrre un mondo completamente diverso. Penso che questo possa avvenire soltanto se ciascuno riconosce come punto centrale il fatto che in qualsiasi parte del mondo ci capiti di abitare e a qualsiasi cultura ci capiti di appartenere, noi siamo interamente responsabili della condizione di tutto quanto il mondo.

Siamo, ciascuno di noi, responsabili di ogni guerra per l'aggressività della nostra vita personale, per il nostro nazionalismo, per l'egoismo, per i nostri dèi, pregiudizi, ideali; tutte cose che ci dividono. E soltanto rendendoci conto, non intellettualmente ma nella realtà dei fatti, come potremmo renderci conto d'aver fame o di sentire dolore, che voi ed io siamo responsabili di questo caos esistente, di tutta l'infelicità del mondo intero perché ad essa abbiamo contribuito nella nostra vita d'ogni giorno e perché facciamo parte di questa società mostruosa con le sue

guerre, la sua bruttezza, la sua brutalità e ingordigia: solo allora agiremo.

Ma cosa può fare un essere umano – cosa possiamo fare voi ed io – per creare una società del tutto diversa? Ci stiamo ponendo una domanda molto grave. Si può veramente far qualcosa? Che possiamo fare? C'è qualcuno che ce lo dirà?

In realtà ce l'hanno detto. Le cosiddette guide spirituali, che si pensa capiscano queste cose meglio di noi, ce l'hanno detto cercando di piegarci e modellarci secondo nuovi modelli, e questo non ci ha portato molto lontano.

Uomini dotti e sofisticati ce l'hanno detto e non siamo andati avanti.

Ci è stato detto che tutti i sentieri conducono alla verità – uno ha il suo sentiero come Indù, l'altro come Cristiano, un altro ancora come Mussulmano, e tutti si incontrano alla stessa porta – il che, se riflettete, è quanto mai assurdo e in modo evidente. La verità non ha sentieri: questa è la bellezza della verità, che è viva.

Una cosa morta può essere raggiunta percorrendo un sentiero perché è statica, ma quando capite che la verità è viva, in movimento, che non ha luoghi di sosta, che non la si trova in un tempio, moschea o chiesa, che nessuna religione, nessun maestro, nessun filosofo, nessuno, può guidarvi ad essa, allora capirete anche che questa cosa – viva è quel che voi effettivamente siete: la vostra rabbia, la vostra brutalità, la vostra violenza, la vostra disperazione, l'angoscia e la sofferenza in cui vivete.

La verità sta nella comprensione di questo e potrete capirlo solo se saprete come guardare queste cose nella vostra vita. E non potete guardare attraverso un'ideologia, attraverso lo schermo di parole, attraverso speranze e timori.

Perciò, vedete, non si può dipendere da nessuno. Non esiste guida, maestro, autorità. Ci siete soltanto voi i vostri rapporti con gli altri e col mondo – non c'è altro. Accorgersi di questo può portare con sé disperazione profonda da cui derivano cinismo e amarezza, oppure nell'affrontare il fatto che voi e nessun altro siete responsabili del mondo e di voi stessi, di quel che pensate e sentite e del vostro modo d'agire, ogni autocommiserazione scompare. Attualmente diamo il torto agli altri e questo ci appaga: è una forma di autocommiserazione.

Allora, possiamo voi ed io operare in noi stessi – non per influenze esteriori, non perché persuasi da altri, non per paura della punizione – possiamo operare nel nostro profondo essere una rivoluzione totale, un cambiamento psicologico in modo da eliminare in noi brutalità, violenza, competitività, ansietà, avidità, invidia e tutte le altre manifestazioni della nostra natura che hanno contribuito a produrre la marcia società nella quale trascorriamo la nostra vita quotidiana?

E' importante capire proprio sin dall'inizio che io non sto formulando alcuna filosofia o struttura teologica di idee o concetti ideologici.

Mi sembra che tutte le ideologie siano assolutamente idiote.

Ciò che conta non è una filosofia della vita, ma l'osservare quel che realmente accade nella nostra vita quotidiana, dentro e fuori di noi.

Se esaminate molto attentamente quanto accade, e lo studiate, vi accorgerete che poggia su una concezione intellettuale, e l'intelletto non è l'intero campo dell'esistenza; ne è un frammento, e un frammento per quanto abilmente costruito, per quanto antico e tradizionale è tuttavia una piccola parte dell'esistenza

mentre noi dobbiamo avere a che fare con la totalità della vita. E quando guardiamo a quanto accade nel mondo cominciamo a capire che non esiste un processo interno ed uno esterno; esiste un processo unitario, un movimento completo e totale; e il movimento interno si esprime come esterno mentre quello esterno reagisce ripercuotendosi in quello interno.

Essere capaci di guardare questo mi sembra tutto quel che occorre, perché se sappiamo guardare, allora tutto ci appare chiarissimo, e guardare non richiede filosofia né maestri. Non c'è bisogno di nessuno che vi dica come guardare. Guardate e basta.

Sarà possibile allora, vedendo l'intero quadro, vedendolo realmente non verbalmente, sarà facile allora trasformarvi spontaneamente? Questo è il punto. E' possibile operare nella psiche una rivoluzione completa?

Mi chiedo: qual è la vostra reazione a tale domanda? Forse direte, "Non voglio cambiare"; la maggior parte della gente non vuole, specialmente quelli che possiedono una certa sicurezza sociale ed economica o che nutrono fedi dogmatiche e si contentano di accettare se stessi e le cose come sono o leggermente modificate. Queste persone non ci riguardano. Forse direte, più sottilmente: "Ebbene, è troppo difficile, per me non va", nel qual caso vi sarete già bloccati, avrete cessato di indagare e sarà inutile proseguire.

Oppure direte: "Vedo la necessità di un cambiamento fondamentale dentro me stesso, ma come posso produrlo? Mostratemene il modo, per favore, aiutatemi a raggiungerlo". Se direte così allora non vi state preoccupando del cambiamento in sé non vi interessa veramente una rivoluzione fondamentale, state soltanto cercando un metodo, un sistema, che produca il cambiamento.

Se fossi tanto sciocco da fornirvi un sistema e voi lo foste tanto da seguirlo, non fareste che copiare, imitare, conformarvi, accettare; e ciò facendo instaurereste in voi stessi l'autorità di un altro, da qui deriverebbe conflitto fra voi e quell'autorità. Sentite che dovete fare tal cosa o tal altra perché vi è stato detto di farla e tuttavia siete incapaci di farla. Avete le vostre inclinazioni, tendenze e pressioni personali che entrano in conflitto col sistema che pensate di dover seguire e di conseguenza c'è contraddizione. Allora condurrete una doppia vita fra l'ideologia del sistema e la realtà della vostra esistenza quotidiana.

Cercando di conformarvi all'ideologia sopprimete voi stessi, mentre quel che è vero nella realtà non è l'ideologia ma quel che siete. Se cercate di studiarvi secondo i dettami di un altro rimarrete sempre un essere umano di second'ordine.

L'uomo che dice: "Io voglio cambiare, dimmi come si fa", sembra molto sincero, molto serio, ma non lo è.

Vuole un'autorità e spera che essa porti ordine in lui.

Ma l'autorità può mai produrre ordine interiore?

L'ordine imposto dall'esterno produce necessariamente disordine. Forse ne capite la verità intellettivamente, ma riuscite nella realtà ad attuarlo in modo che la vostra mente non rappresenti autorità alcuna, quella di un libro, di un insegnante, di una moglie o di un marito, di genitori di amici o della società? Poiché abbiamo sempre funzionato entro il modello di una formula, e la formula diventa ideologia e autorità; ma nel momento stesso in cui capite veramente che la domanda, "Come posso cambiare?" instaura una nuova autorità, avrete finito per sempre con l'autorità.

Riprendiamo l'argomento con maggiore chiarezza: Io vedo che debbo cambiare completamente dalle radici del

mio essere; non posso più dipendere da una qualsiasi tradizione perché la tradizione ha prodotto questa colossale pigrizia, accettazione e obbedienza; non posso più in alcun modo contare su altri perché mi si aiuti a cambiare, si tratti pure di un maestro, d'un sistema, di una pressione o influenza esterna o interna. Che accade allora?

Prima di tutto, riuscite a rigettare ogni autorità? Se lo potete vuol dire che non avete più paura. Allora cosa avviene? Quando rigettate qualcosa di falso che vi siete trascinato dietro per generazioni, quando vi liberate di un qualsiasi fardello, che cosa avviene? Avete più energia, non è vero?

Avete maggior capacità, più carica, più intensità e vitalità. Se non lo sentite allora non vi siete liberati del carico, non avete estirpato il peso morto dell'autorità.

Ma quando ve ne siete liberati e avete quell'energia del tutto esente da paura – dalla paura di commettere un errore, dalla paura di far bene o male – quell'energia, allora, non costituisce essa stessa un cambiamento?

Abbiamo bisogno di un'enorme dose di energia e la dissipiamo nella paura, ma quando c'è quell'energia che deriva dall'essersi liberato da ogni forma di paura, essa produce una radicale rivoluzione interiore. Voi non dovete fare niente perché avvenga.

In tal modo rimanete soli con voi stessi; e questa è la condizione genuina per chi sia veramente serio su tutta questa faccenda; e dal momento che non state più cercando aiuto da niente e da nessuno, siete già liberi di scoprire. E quando c'è libertà, c'è energia; e quando c'è libertà non si può fare niente di sbagliato. La libertà è assolutamente diversa dalla ribellione. Non vi è niente di simile all'agire bene o male quando c'è la libertà. Voi siete liberi e agite di conseguenza partendo da questo centro.

E da questo momento non vi è più paura, e una mente che non abbia paura è capace di grande amore. E quando c'è amore può fare quello che vuole.

Ciò che ora dobbiamo cercare di fare, quindi, è studiare noi stessi, non secondo gli insegnamenti miei o di qualche analista o filosofo – poiché se studiamo noi stessi secondo gli insegnamenti di qualcun altro, studiamo loro, non noi stessi – quello che dobbiamo cercare di fare è studiare quello che realmente siamo.

Una volta che si è compreso che non dobbiamo dipendere da alcuna autorità esteriore nel generare una totale ribellione nella struttura della nostra psiche, compare la difficoltà immensamente più grande di rigettare la nostra autorità interiore, l'autorità delle nostre particolari piccole esperienze e il cumulo di opinioni, conoscenze, idee e ideali. Avete avuto una esperienza ieri che vi ha insegnato qualcosa e quello che vi ha insegnato si trasforma in una nuova forma di autorità di un migliaio di anni. Per poterci comprendere non c'è alcun bisogno né dell'autorità di ieri né di quella di un migliaio di anni poiché noi viviamo le cose, sempre in movimento, sempre scorrendo, senza mai fermarci. Quando ci guardiamo con la morta autorità di ieri non riusciremo a comprendere il movimento vivo e la bellezza e la qualità di questo movimento.

Essere liberi da qualsiasi autorità, vostra o di qualcun altro, vuoi dire morire a tutto ciò che appartiene all'ieri, dimodoché la vostra mente sia sempre fresca, sempre giovane, innocente, piena di vigore ed entusiasmo. E' solamente in un simile stato che si impara e si osserva. E per questo è necessaria molta consapevolezza, reale consapevolezza di quello che succede dentro di voi, senza tentare di correggerla o suggerirle quello che dovrebbe o non dovrebbe essere, poiché nel momento in cui voi la

correggete stabilite una nuova autorità, il censore. Ora dunque, insieme, tenteremo di studiare noi stessi – non ci sarà una persona che spiega mentre voi leggete e siete d'accordo o no con lei intanto che seguite le parole sulla pagina; faremo piuttosto un viaggio insieme, un viaggio di scoperta negli angoli più segreti della nostra mente. E per intraprendere un viaggio del genere bisogna viaggiare con poco bagaglio; non possiamo essere appesantiti da opinioni, pregiudizi e conclusioni – tutto quel vecchio bagaglio che abbiamo messo insieme negli ultimi duemila anni e più. Dimenticate tutto quello che sapete su voi stessi; dimenticate tutto quello che avete pensato di voi; cominceremo come se non sapessimo niente.

La scorsa notte è piovuto molto, ed ora il cielo comincia a schiarirsi; è un nuovo fresco giorno. Affrontiamo questo fresco giorno come se fosse il solo giorno. Cominciamo insieme il. nostro viaggio lasciandoci dietro tutti i ricordi di ieri – e cominciamo a comprenderci per la prima volta.

Ai giovani

Tratto da: La ricerca della felicita' [Jiddu Krishnamurti]

Vi siete mai chiesti quale sia il senso dell'educazione? Perché andiamo a scuola, perché impariamo varie materie, perché facciamo esami e gareggiamo fra di noi per avere i voti migliori? Qual è il significato della cosiddetta educazione, qual è la sua vera funzione? Si tratta di un interrogativo realmente importante, non solo per gli studenti, ma anche per i genitori, per gli insegnanti e per chiunque ami questo nostro pianeta. Perché affrontiamo la lotta che il ricevere un'educazione comporta? E' semplicemente allo scopo di superare qualche esame e trovare lavoro? Oppure la funzione dell'educazione è di prepararci, quando siamo giovani, a comprendere il processo della vita nella sua interezza? Avere un lavoro e guadagnarsi da vivere è necessario – ma è davvero tutto lì? E' solo per quello che veniamo educati? Di certo la vita non è fatta soltanto di un lavoro, di un'occupazione. La vita è qualcosa di straordinariamente ampio e profondo, è un grande mistero, un vasto regno in cui agiamo in quanto esseri umani. Se ci prepariamo semplicemente a guadagnarci da vivere, non riusciremo a cogliere il senso della vita; e comprendere la vita è molto più importante che prepararsi per un esame o ottenere ottimi risultati in matematica, fisica e così via.

Dunque, in quanto insegnanti o allievi, non è importante domandarci perché educhiamo o veniamo educati? E qual è il significato della vita? Non è forse la vita una cosa straordinaria? Gli uccelli, i fiori, gli alberi in fiore, il cielo, le stelle, i fiumi e i pesci che ci vivono – tutto questo è vita. La vita sono i poveri e i ricchi; la vita è la perenne battaglia fra gruppi, razze e nazioni; la vita è meditazione; la vita è ciò che chiamiamo religione, ed è anche gli aspetti inafferrabili, nascosti, della mente – le invidie, le ambizioni, le passioni, le paure, le gratificazioni, le angosce.

La vita è tutto questo e molto di più. Ma di solito ci prepariamo a comprenderne solo una piccola porzione. Superiamo certi esami, troviamo un lavoro, ci sposiamo, abbiamo dei figli, e diventiamo sempre più simili a macchine. Continuiamo a essere paurosi, ansiosi, spaventati dalla vita. E allora, la funzione dell'educazione è di aiutarci a comprendere l'intero processo della vita o semplicemente di prepararci a una professione, al miglior lavoro possibile?

Cosa ne sarà di tutti noi quando diventeremo uomini e donne adulti? Vi siete mai chiesti cosa farete quando sarete adulti? Con ogni probabilità vi sposerete e, prima ancora di rendervene conto, sarete madri e padri; a quel punto sarete legati a un lavoro, o alle incombenze domestiche, e così, poco a poco, appassirete. E' tutto qui quello che la vostra vita si avvia a essere? Ve lo siete mai chiesto? Non dovreste interrogarvi a questo proposito? Se la vostra famiglia è agiata, può darsi che abbiate già assicurata una posizione abbastanza buona, che vostro padre vi procuri un lavoro comodo o che facciate un matrimonio ricco; ma anche così andrete incontro al declino, al deterioramento.

Certamente l'educazione non ha senso a meno che non vi aiuti a comprendere la vastità della vita in tutte le sue sfumature, con la sua straordinaria bellezza, i suoi dolori e le sue gioie. Potete avere lauree e titoli accademici, e

trovare un ottimo lavoro; e poi? A che serve tutto questo se strada facendo la vostra mente si offusca, si logora, si instupidisce? Non dovreste cercare di scoprire il senso della vita adesso che siete giovani? E non è forse quella la vera funzione dell'educazione, ossia di coltivare in voi l'intelligenza che cercherà di trovare la risposta a tutti questi problemi? Sapete cos'è l'intelligenza? E' la capacità di pensare liberamente, senza paure, senza formule, che ci permette di cominciare a scoprire autonomamente ciò che è reale, ciò che è vero; ma se siete spaventati, non sarete mai intelligenti. Qualunque forma di ambizione, spirituale o terrena, alimenta l'ansia, la paura; ecco perché l'ambizione non aiuta a far sviluppare una mente che sia chiara, semplice, diretta, e quindi intelligente.

Sapete, è molto importante, quando si è giovani, vivere in un ambiente dove non alligni la paura. Andando avanti con gli anni, la maggior parte di noi diventa sempre più timorosa: abbiamo paura di vivere, paura di perdere il lavoro, paura della tradizione, paura di ciò che i vicini o il proprio coniuge diranno, paura della morte. La maggior parte di noi ha paura, in una forma o nell'altra; e dove è presente la paura, non c'è intelligenza. E non è forse possibile per tutti, da giovani, vivere in un ambiente dove non si respiri la paura, bensì la libertà – libertà non di fare ciò che si vuole, ma di comprendere il processo del vivere nella sua interezza? La vita è in realtà bellissima, non è quella brutta cosa a cui noi l'abbiamo ridotta; e se ne può apprezzare la ricchezza, la profondità, la straordinaria bellezza solo quando ci si ribella contro tutto – contro la religione organizzata, contro la tradizione, contro il marcio della società attuale – scoprendo autonomamente, in quanto singoli esseri umani, ciò che è vero. Non imitazione, ma scoperta: è questa l'educazione, non è così? E' molto facile adeguarsi a ciò che la società o i genitori o gli insegnanti vi dicono. E' un modo sicuro e facile di esistere; ma non è

vivere, perché in esso si annidano la paura, la decadenza, la morte. Vivere vuol dire scoprire autonomamente ciò che è vero, e questo è possibile soltanto quando si è liberi, quando è in atto una continua rivoluzione interiore.

Ma non siete incoraggiati a muovervi in questa direzione; nessuno vi dice di indagare, di scoprire autonomamente cos'è Dio, perché se mai vi ribellaste, diventereste un pericolo per tutto ciò che è falso. I vostri genitori e la società vogliono che viviate una vita sicura, e anche voi lo volete. In generale, una vita sicura significa una vita di imitazione e, quindi, di paura. Ma la funzione dell'educazione è di aiutare ciascuno di noi a vivere liberamente e senza paura, non è così? E la creazione di un'atmosfera libera da paure richiede un considerevole sforno di riflessione sia da parte vostra, sia da parte dell'insegnante, dell'educatore.

Sapete cosa significa questo – che cosa straordinaria sarebbe creare un'atmosfera libera da paure? Noi dobbiamo crearla perché, come possiamo vedere tutti, il mondo è perennemente in preda alla guerra, è guidato da politici avidi di potere, è un mondo di avvocati, poliziotti e soldati, di uomini e donne ambiziosi che vogliono farsi una posizione e lottano gli uni contro gli altri per affermarsi. Poi ci sono i cosiddetti santi, i guru religiosi con i loro seguaci; anch'essi bramano il potere, il prestigio, adesso o in una vita futura. E' un mondo folle, in preda alla confusione più totale, in cui il comunista combatte il capitalista, e il socialista si oppone a entrambi; tutti hanno nemici e lottano per conquistare la sicurezza, rappresentata da una posizione di potere o di agiatezza. Il mondo è lacerato dai conflitti fra credenze opposte, dalle differenze di casta e di Casse, dai separatismi nazionali, dalle forme più svariate di stupidità e di crudeltà – e voi venite educati a prendere il vostro posto proprio in questo mondo. Venite incoraggiati a inserirvi nel contesto di questa società disastrosa; è questo

che vogliono i vostri genitori e che anche voi, in effetti, volete.

Orbene, la funzione dell'educazione è semplicemente quella di aiutarvi ad adeguarvi allo schema di quest'ordine sociale marcio o piuttosto di darvi la libertà – la più completa libertà di crescere e creare una società differente, un mondo nuovo? Noi vogliamo tale libertà non nel futuro, ma adesso, altrimenti corriamo tutti il rischio di distruggerci. Dobbiamo creare subito un'atmosfera di libertà, cosicché voi possiate vivere e scoprire autonomamente ciò che è vero, diventare intelligenti, essere capaci di affrontare il mondo e comprenderlo, anziché semplicemente adeguarvi ad esso; dentro di voi, in profondità, psicologicamente, dovete essere perennemente in rivolta, perché solo coloro che sono sempre in rivolta possono scoprire il vero, non certo coloro che si adeguano, che seguono la tradizione. Solo indagando, osservando, imparando costantemente, potete trovare la verità, Dio o l'amore; ma non potete indagare, osservare, imparare, non potete avere alcuna consapevolezza profonda, se avete paura.

Dunque, la funzione dell'educazione è di sradicare, tanto internamente quanto esternamente, questa paura che distrugge il pensiero, i rapporti umani e l'amore.

Forse possiamo esaminare il problema della paura da un'altra angolazione. La paura produce effetti straordinari sulla maggior parte di noi. Crea ogni sorta di illusioni e di problemi. Se non la esploreremo in profondità fino a comprenderla veramente, la paura distorcerà sempre le nostre azioni. La paura deforma le nostre idee e menoma il nostro modo di vivere; crea barriere fra le persone e certamente distrugge l'amore. Quanto più ci addentriamo nella paura, quanto più la comprendiamo e ce ne liberiamo realmente, tanto maggiore sarà I nostro contatto con tutto

ciò che ci circonda. Attualmente i nostri contatti vitali con la vita sono assai pochi, non è vero? Ma se riusciamo a liberarci dalla paura, amplieremo tali contatti, approfondiremo la nostra comprensione delle cose, avremo una reale compassione, una considerazione amorevole per il mondo, e i nostri orizzonti si allargheranno enormemente. Vediamo dunque se possiamo parlare della paura da un diverso punto di vista.

Mi domando se avete mai notato che la maggior parte di noi ricerca un qualche tipo di sicurezza psicologica. Desideriamo la sicurezza, qualcuno a cui appoggiarci. Come un bambino piccolo stringe la mano della madre, così noi vogliamo qualcosa a cui aggrapparci, qualcuno che ci ami. Senza un senso di sicurezza, senza una difesa mentale, ci sentiamo persi. Siamo abituati ad appoggiarci agli altri, a rivolgerci agli altri affinché ci guidino e ci aiutino, e senza tale sostegno ci sentiamo confusi, spaventati, non sappiamo cosa pensare, come agire. Nel momento in cui siamo lasciati a noi stessi, ci sentiamo soli, insicuri, incerti. Da questo nasce la paura, non è così?

Desideriamo qualcosa che ci dia un senso di sicurezza e abbiamo a disposizione difese di vario genere, barriere protettive sia interne che esterne. Quando chiudiamo le finestre e le porte di casa e restiamo dentro, ci sentiamo al sicuro, indisturbati. Ma la vita non è così. La vita bussa in continuazione alla nostra porta, cerca di spalancare le nostre finestre in modo che possiamo vedere di più; e se, spinti dalla paura, chiudiamo a chiave le porte e sbarriamo le finestre, busserà ancora più forte. Quanto più ci aggrappiamo alla sicurezza, sotto qualunque forma, tanto più la vita interviene e ci trascina. Quanto più abbiamo paura e ci chiudiamo in noi stessi, tanto maggiore è la sofferenza, perché la vita non ci lascia in pace. Vogliamo sicurezza, ma la vita dice che non possiamo averla; e così ha inizio la nostra lotta. Cerchiamo la sicurezza nella società,

nella tradizione, nel rapporto con il padre e la madre, con il marito o la moglie; ma la vita fa sempre irruzione attraverso le mura della nostra sicurezza.

Anche nelle idee cerchiamo sicurezza o conforto, non è così? Avete osservato come nascono le idee e in che modo la mente ci si aggrappa? Avete l'idea di qualcosa di bello che avete visto durante una passeggiata e la vostra mente torna a quell'idea, a quel ricordo. Leggete un libro e ne ricavate un'idea a cui vi aggrappate. E' indispensabile, dunque, che capiate come nascono le idee e come diventano un mezzo per procurarsi sicurezza e conforto interiore, qualcosa a cui la mente si aggrappa.

Avete mai riflettuto sulla questione delle idee? Se uno di voi ha un'idea e io ho un'idea differente, e ciascuno dei due pensa che la propria idea sia migliore di quella dell'altro, ci accapigliamo, non è così? Io cerco di convincere lui ed egli cerca di convincere me. Il mondo intero è costruito sulle idee e sui relativi conflitti; e se esaminate la questione in profondità, scoprirete che il semplice fatto di aggrapparsi a un'idea non ha senso. Ma avete notato che vostro padre, vostra madre, i vostri insegnanti, i vostri zii e zie, si aggrappano tutti tenacemente alle proprie idee? Orbene, come nasce un'idea? Come vi vengono le idee? Quando ad esempio avete l'idea di andare a fare una passeggiata, come è sorta tale idea? E' molto interessante scoprirlo. Basta osservare – e capirete come sorge un'idea di questo genere, e come la mente si aggrappa ad essa, scartando tutto il resto. L'idea di andare a fare una passeggiata è la risposta a una sensazione, non è così? Già in passato siete andati a passeggio e ve ne è rimasta un'impressione o sensazione piacevole; avete voglia di rifarlo, così l'idea viene creata e poi messa in pratica. Quando vedete una bella automobile, avvertite una sensazione, non è così? Tale sensazione nasce dal fatto stesso di guardare l'automobile. La visione crea la sensazione, da cui nasce l'idea, "Voglio

quella automobile, è la mia automobile", e l'idea diventa allora assolutamente predominante.

Cerchiamo sicurezza fuori di noi, nel possesso di oggetti e nei rapporti, e anche internamente, nelle idee e nelle credenze. Credo in Dio, credo nei riti, credo che dovrei sposarmi in base a certi principi, credo nella reincarnazione, nella vita dopo la morte, e così via. Queste convinzioni derivano tutte dai miei desideri e pregiudizi e ad esse mi aggrappo. Ho sicurezze esterne, ossia al di fuori dei confini del mio corpo, e sicurezze interne; toglietemele o mettetele in discussione, e io avrò paura; vi respingerò, vi combatterò se minacciate la mia sicurezza.

Ma esiste davvero questa cosa chiamata sicurezza? Capite Cosa intendo? Noi abbiamo certe idee a proposito della sicurezza. Possiamo sentirci sicuri insieme ai nostri genitori oppure facendo un particolare lavoro. Il nostro modo di pensare, di vivere, di guardare alle cose – tutto questo ci può soddisfare. La maggior parte di noi è ben contenta di rinchiudersi dentro idee sicure. Ma è davvero possibile essere sicuri, malgrado tutte le difese interne ed esterne a nostra disposizione? Sul piano esterno può accadere che domani la nostra banca fallisca, ché nostra madre o nostro padre muoiano, che scoppi la rivoluzione. E c'è forse sicurezza nelle idee? Ci piace pensare di essere al sicuro con le nostre idee, le nostre credenze, i nostri pregiudizi; ma lo siamo davvero? Ci sono muri che non sono reali, che sono semplicemente il frutto delle nostre sensazioni e concezioni. Ci piace credere che esista un Dio il quale vigila su di noi, oppure che rinasceremo più ricchi, più nobili di quel che siamo adesso. Potrebbe essere e potrebbe non essere. E' facile dunque, se consideriamo le certezze sia interne che esterne, accorgersi che nella vita non c'è alcuna sicurezza.

Vedendo tutto questo, una persona profonda inizia a liberarsi di ogni tipo di certezza, interna o esterna. Ciò è estremamente difficile, perché significa essere soli – soli nel senso che non si è dipendenti da nulla. Nel momento in cui si dipende da qualcosa, si ha paura; e dove c'è la paura, non c'è amore. Quando si ama, non si è soli. Il senso di solitudine sorge unicamente quando si ha paura di essere soli e di non sapere cosa fare.

Quando si è controllati dalle idee e isolati dalle credenze, la paura è inevitabile; e quando si ha paura, si è completamente ciechi.

Insieme, insegnanti e genitori devono dunque risolvere questo problema della paura. Ma purtroppo i vostri genitori hanno paura di ciò che potreste fare se non vi sposate o se non trovate lavoro. Hanno paura che prendiate una cattiva strada, paura di ciò che potrebbe dire la gente, e a causa di tale paura vogliono che facciate determinate cose. La loro paura è ammantata di quello che essi chiamarlo amore. Vogliono prendersi cura di voi, dunque dovete fare questo e quest'altro. Ma oltre il muro del loro cosiddetto affetto e attenzione per voi, scoprirete la paura, il timore per la vostra sicurezza e rispettabilità; e anche voi siete spaventati, perché per tanto tempo siete dipesi da altre persone.

Ecco perché è molto importante che, sin dalla più tenera età, cominciate a mettere in discussione e a infrangere questi sentimenti di paura, per non farvi isolare da essi, per non restare rinchiusi nelle idee, nelle tradizioni, nelle abitudini; e siate, invece, esseri umani pieni di vitalità creativa.

Il cuore dell'insegnamento di Jiddu Krishnamurti

Ecco come Krishnamurti, su richiesta della sua biografa Mary Lutyens, riassunse il proprio insegnamento:

Il cuore dell'insegnamento di Krishnamurti è contenuto nell'affermazione fatta nel 1929: "La verità è una terra senza sentieri".

L'uomo non può raggiungerla attraverso nessuna organizzazione, credo, dogma, clero, o rituali, né attraverso lo studio filosofico, o le tecniche psicologiche. Deve trovarla attraverso lo specchio dei rapporti, attraverso il riconoscimento dei contenuti della propria mente e l'osservazione, e non mediante l'analisi intellettuale o la dissezione introspettiva. Gli uomini hanno costruito in se stessi le immagini della propria sicurezza, religiose, politiche e personali, che si esprimono come simboli idee e credenze. Il loro peso domina il pensiero, i rapporti, la vita quotidiana dell'uomo. Sono la causa dei nostri problemi, perché in qualunque rapporto dividono le persone. La nostra percezione è modellata dai concetti già formati nella mente. Il contenuto della nostra coscienza è la coscienza stessa, ed è comune a tutta l'umanità. La personalità consiste soltanto nel nome, nella forma e nella cultura ricavata dall'ambiente. La specificità dell'individuo non sta nei fattori superficiali, ma nella totale libertà dal contenuto

della coscienza. La libertà non è una reazione, la libertà non è una scelta. E' una pretesa umana pensare che la possibilità di scelta sia libertà. La libertà è pura osservazione senza movente; la libertà non si situa alla fine dell'evoluzione umana, ma nel primo momento della sua esistenza. L'osservazione porta a scoprire la mancanza di libertà. La libertà risiede nella consapevolezza priva di scelta della vita quotidiana. Il pensiero è tempo. Il pensiero nasce dalle esperienze e dalle conoscenze, che sono inseparabili dal tempo. Il tempo è il nemico psicologico dell'uomo. Il nostro agire si basa sul conosciuto e quindi sul tempo, e così l'uomo è continuamente schiavo del passato. Diventando consapevoli del movimento della coscienza, possiamo osservare la divisione tra il pensatore e il pensiero, tra osservatore e osservato, tra il soggetto dell'esperienza e l'esperienza.

Scopriremo che questa divisione è illusoria. Allora rimane la pura osservazione, che è intuizione senza residuo del passato. L'intuizione priva di tempo induce un profondo e radicale cambiamento nella mente. La negazione totale è l'essenza della positività. Dove c'è negazione di tutto ciò che non è amore (cioè desiderio e piacere), allora c'è amore, con la sua compassione e intelligenza.

Jiddu Krishnamurti (Londra, 21 ottobre 1980)

Dal libro "Libertà Totale" Casa Editrice Astrolabio – Ubaldini Editore, Roma

Il silenzio

Il silenzio ha molte qualità.

C'è il silenzio fra due rumori, il silenzio fra due note e il silenzio che si allarga nell'intervallo fra due pensieri.

C'è il singolare, quieto, pervadente silenzio che si diffonde in campagna alla sera ; c’è il silenzio nel quale si ode il latrato di un cane in lontananza o il fischio di un treno che arranca per una ripida salita; il

silenzio che regna in una casa quando tutti sono andati a letto, e il suo particolare risalto quando ti svegli nel cuore della notte e ascolti un gufo gridare nella valle; e c’è il silenzio che precede le risposte della compagna del gufo. C’è il silenzio di una vecchia casa abbandonata, e il silenzio di una montagna; il silenzio fra due esseri umani quando hanno visto la stessa cosa, sentito la stessa cosa, e agito.

Quella notte, specialmente in quella valle remota con le antichissime colline e i loro macigni di forma singolare, il silenzio era reale come la parete che toccavi. E tu guardavi dalla finestra le stelle luccicanti. Non era un silenzio autoprodottosi; non era perché la terra fosse quieta e gli abitanti del villaggio fossero addormentati, ma veniva da ogni dove, dalle stelle remote, da quelle colline scure e dalla tua mente,dal tuo cuore.

Questo silenzio sembrava coprire tutto, dal più piccolo granello di sabbia del greto del fiume – che conosceva

acqua corrente solo quando pioveva – all’alto, frondoso fico di Banian e una leggera brezza che cominciava a spirare.

C'è il silenzio della mente che non è mai toccata da alcun rumore, da alcun pensiero o da l'effimero vento dell’esperienza. Questo è il silenzio innocente, e pertanto infinito. Quando c'è questo silenzio della mente, da esso scaturisce l'azione e questa azione non è causa di confusione o infelicità.

La meditazione di una mente che sia totalmente in silenzio è la benedizione che l’uomo sempre cerca. In questo silenzio ogni qualità del silenzio è.

C’è quello strano silenzio che regna in un tempio o in una chiesa vuota sperduta nella campagna, senza il rumore di turisti e fedeli; e il pesante silenzio che regna nell’acqua è parte di quello che è fuori del silenzio della mente.

La mente meditativa contiene tutte queste varietà, tutti questi cambiamenti e movimenti del silenzio. Questo silenzio della mente è la vera mente religiosa, e il silenzio degli dèi è il silenzio della terra.

La mente meditativa scorre in questo silenzio, e l''amore è la via di questa mente. In questo silenzio c’è la beatitudine e il riso.

La verità è una terra senza sentieri

Il 3 agosto del 1929 ad Ommen, in Olanda, Krishnamurti sciolse l'Ordine della Stella, di cui era a capo, davanti a tremila membri. Questo è quanto disse.

Questa mattina esamineremo lo scioglimento dell'Ordine della Stella. Alcuni ne saranno contenti, e altri rattristati. Non è un’occasione di allegria né di tristezza perché, come spiegherò, è inevitabile. Ricorderete la storia del diavolo e un suo amico che, camminando, vedono un uomo chinarsi, raccogliere qualcosa da terra e metterselo in tasca. L’amico chiese al diavolo: "Che cosa ha raccolto?". "Un pezzo di Verità", rispose il diavolo. "Un brutto affare per te", disse l’amico. "Per niente!", rispose il diavolo. "Aspetterò che la organizzi!". Ritengo che la Verità sia una terra senza sentieri e che non si possa raggiungere attraverso nessuna via, nessuna religione, nessuna scuola. Questo è il mio punto di vista, e vi aderisco totalmente e incondizionatamente. Poiché la Verità è illimitata, incondizionata, irraggiungibile attraverso qualunque via, non può venire organizzata, e nessuna organizzazione può essere creata per condurre o costringere gli altri lungo un particolare sentiero. Se lo comprendete, vedrete che è impossibile organizzare una "fede". La fede è qualcosa di assolutamente individuale, e non possiamo e non dobbiamo istituzionalizzarla. Se lo facciamo diventa una cosa morta,

cristallizzata; diventa un credo, una setta, una religione che viene imposta ad altri. E' quello che tutti cercano di fare in tutto il mondo. La Verità viene svilita e resa un giocattolo per persone deboli o solo momentaneamente insoddisfatte. Non possiamo ‘abbassare’ la verità, ma piuttosto sforzarci noi di ‘salire’ a essa. Non possiamo far scendere a valle la cima della montagna. Se vogliamo raggiungere la cima dobbiamo attraversare la valle e salire il versante, senza timore dei pericolosi precipizi. Dobbiamo salire individualmente verso la Verità, che non può venire ‘abbassata’ per noi o organizzata per noi. Sono le organizzazioni che propongono un’idea, ma l’organizzazione non fa che risvegliare l’interesse dentro di noi. Se l’interesse non nasce dall’amore per la Verità stessa, ma passa soltanto attraverso l’organizzazione, non ha alcun valore. L’organizzazione diventa uno schema in cui i membri trovano la loro collocazione. Non si ricerca più la Verità, non si mira più alla vetta, ma ci si scava una comoda nicchia in cui collocarsi o in cui farsi collocare dall’organizzazione, pensando che sarà l’organizzazione a condurci alla Verità. A mio parere, questo è il primo motivo per cui l’Ordine della Stella va disciolto. Nonostante ciò probabilmente creerete altri ordini, entrerete a far parte di altre organizzazioni, sempre cercando la Verità. Io non voglio appartenere a nessuna organizzazione spirituale, vi prego di comprenderlo. Potrei ricorrere a un’organizzazione se volessi farmi trasportare, ad esempio, a Londra, ma si tratta di un’organizzazione completamente diversa, di tipo pratico, come le poste o il telegrafo. Se voglio fare un viaggio uso un automobile o una nave: strumenti pratici che non hanno nulla a che vedere con la spiritualità. Ribadisco ancora una volta che nessuna organizzazione può condurre l'uomo alla spiritualità. Un’organizzazione creata a questo scopo diventa una stampella, una debolezza, una pastoia; è costretta ad azzoppare l’individuo per impedirgli di crescere, di sviluppare la propria singolarità che consiste

nella scoperta, fatta da noi stessi, della Verità assoluta, incondizionata. Questo è un altro motivo che mi ha portato alla decisione, essendo a capo dell'Ordine, di scioglierlo. Nessuno mi ha spinto a prendere questa decisione. Non è un gesto studiato per stupire, perché io non voglio seguaci e lo sottolineo. Nel momento stesso in cui si segue qualcuno non si segue più la Verità. Non mi importa che crediate alle mie parole. Voglio perseguire una certa cosa in questo mondo, e intendo farlo con incrollabile concentrazione. Il mio interesse va a un'unica cosa essenziale: la liberazione dell'uomo. Desidero liberarlo da tutte le sue gabbie e tutte le sue paure, e non dargli una setta o una religione in più, non formulare nuove teorie o nuove filosofie. Ovviamente potreste chiedermi perché giro il mondo tenendo continuamente discorsi. Vi voglio dire che non lo faccio perché desidero un seguito, non desidero un gruppo di speciali discepoli. (Come piace agli uomini essere diversi dai loro simili, e basandosi su distinzioni così ridicole, assurde e meschine! Io non ho nessuna intenzione di incoraggiare simili assurdità). Io non ho discepoli, non ho apostoli, né sulla terra né nel regno dello spirito. Non sono attratto dalla sete di denaro né dal desiderio di una vita comoda. Se desiderassi una vita comoda non sarei venuto a questo campo e non vivrei in un paese così piovoso! Vi parlo francamente perché vorrei chiarirlo una volta per tutte. Voglio evitare che queste polemiche infantili si trascinino per anni. Un giornalista che mi ha intervistato considera un gesto meraviglioso sciogliere un'organizzazione che conta migliaia di membri. Un grande gesto perché, come mi disse: "Che cosa farà adesso, come vivrà? Non avrà più seguaci e nessuno verrà più ad ascoltarla". Se vi saranno anche solo cinque persone che vogliono ascoltare, che vogliono vivere con il viso rivolto all'eternità, sarà sufficiente. A che cosa serve avere migliaia di persone che non capiscono, imbalsamate nei loro pregiudizi, che non desiderano il nuovo, ma che traducono il nuovo per adattarlo ai loro

sterili, stagnanti io? Se parlo con crudezza, vi prego di non fraintendermi: non è per mancanza di compassione. Se avete bisogno di un chirurgo, non è un atto di gentilezza operarvi anche se ciò vi provoca dolore? Se quindi vi parlo con ruvidezza non è per mancanza di amore per voi, ma l'esatto contrario. Come ho già detto, ho un unico scopo: rendere l'uomo libero, spingerlo verso la libertà, aiutarlo a staccarsi da tutti i limiti, perché soltanto ciò può dare eterna felicità, soltanto ciò può dare la realizzazione incondizionata del sé. Poiché io sono libero, incondizionato e intero (non parte, non relativo, ma la Verità totale che è eterna), il mio desiderio è che coloro che cercano di capirmi siano liberi e non che mi seguano o che mi trasformino in una gabbia per ricavarne un'altra religione o un'altra setta. Al contrario, vorrei che fossero liberi da ogni paura: dalla paura della religione, dalla paura della salvezza, dalla paura della spiritualità, dalla paura dell'amore, dalla paura della morte, dalla paura stessa della vita. Lo faccio come un pittore che dipinge una tela per piacere, perché il dipinto è la sua espressione, la sua radiosità, il suo star bene, e non perché io voglia qualcosa da qualcuno. Abbiamo fatto l'abitudine all'autorità e alla sua atmosfera, e pensiamo che ci possa condurre alla spiritualità. Crediamo e speriamo che un altro, attraverso i suoi straordinari poteri, ci possa condurre (per miracolo!) nel regno dell'eterna libertà che è Felicità. La nostra visione della vita è tutta basata sull'autorità. Mi avete ascoltato per tre anni e in voi non si è prodotto nessun cambiamento, salvo in pochissimi. Analizzate ciò che vi dico, sottoponetelo a critica per poterlo comprendere pienamente e a fondo. Se cerchiamo un autorità che ci conduca alla spiritualità, costruiamo automaticamente un'organizzazione attorno a quella autorità. Ma la creazione stessa dell'organizzazione che, secondo voi, aiuterà l'autorità a condurvi alla spiritualità, vi chiude in una gabbia. Vi sto parlando con franchezza, ma ricordate che lo faccio non per durezza o malanimo, né per

eccitazione per la mia decisione, ma perché voglio che comprendiate ciò che vi dico. Questo è il motivo per cui siete qui, e sarebbe una perdita di tempo se non spiegassi con chiarezza e fino in fondo il mio punto di vista. Sono diciotto anni che vi state preparando a questo evento, alla venuta del Maestro del Mondo. Per diciotto anni vi siete organizzati, avete cercato qualcuno che potesse dare un piacere nuovo al vostro cuore e alla vostra mente, che trasformasse la vostra vita, che vi comunicasse una nuova comprensione; qualcuno che vi innalzasse a un nuovo modo di vivere, che vi desse una nuova spinta, che vi rendesse liberi; e adesso osservate che cosa accade! Riflettete, ragionate da voi e cercate di capire come questa fede vi ha cambiati; ma non il cambiamento superficiale di applicarvi un distintivo, che è una cosa insignificante, assurda. Questa fede ha spazzato via dalla vostra vita tutte le cose inessenziali? Questo è l'unico metro di giudizio: siete più liberi, più grandi, più pericolosi per qualunque società fondata sul falso e sull'inessenziale? I membri dell'Ordine della Stella, come sono cambiati? Come ho già detto, per diciotto anni vi siete preparati per me. Non m'importa che crediate o no che io sia il Maestro del Mondo, non ha nessun valore. Come appartenenti all'organizzazione dell'Ordine della Stella avete dato la vostra adesione e la vostra energia, riconoscendo in Krishnamurti il Maestro del Mondo in tutto o in parte. In tutto, per coloro che sono realmente in ricerca; in parte, per coloro che sono soddisfatti delle loro mezze verità. Diciotto anni di preparazione, e guardate quanti ostacoli vi sono ancora sulla strada della vostra comprensione, quante complicazioni, quante cose inutili. I pregiudizi, le paure, le autorità, le chiese vecchie e nuove: tutto questo, ritengo, è una barriera alla comprensione. Non potrei essere più chiaro. Non voglio che vi dichiariate d'accordo con me. Non voglio che mi seguiate. Voglio che comprendiate ciò che visto dicendo. È necessario che mi comprendiate perché la

vostra fede non vi ha trasformato, ma vi ha resi ancora più complicati e non siete disposti a vedere le cose così come sono. Voi volete avere i vostri dèi, nuovi dèi al posto dei vecchi, nuove religioni al posto delle vecchie, nuove forme in sostituzione delle vecchie, tutte ugualmente prive di valore, tutte barriere, tutte limitazioni, tutte stampelle. Nuove distinzioni spirituali al posto delle vecchie, nuovi culti al posto dei vecchi. Tutti fate dipendere la vostra spiritualità da qualcun altro, fate dipendere la vostra felicità da qualcun altro, la vostra illuminazione da qualcun altro; e benché vi siate preparati per me per diciotto anni, quando dico che tutto ciò è inutile, quando dico che dovete sbarazzarvene e cercare dentro di voi l'illuminazione, il fulgore, la purezza e l'incorruttibilità del sé, nessuno di voi è disposto a farlo. Forse alcuni si, ma pochi, pochissimi. Perché dunque avere un'organizzazione? Perché avere persone false e ipocrite che seguono me, l'incarnazione della Verità? Vi prego di tenere a mente che non vi parlo per astio o malanimo, ma perché siamo giunti a un punto in cui è indispensabile affrontare la situazione per quella che è. L'anno scorso dissi che non avrei accettato compromessi. Pochissimi mi diedero ascolto. Quest'anno l'ho ribadito chiaramente. Non so quante migliaia di persone in tutto il mondo, membri dell'Ordine si stanno preparando per me da diciotto anni, eppure non sono ancora pronte ad ascoltare incondizionatamente totalmente, ciò che io dico. Allora, perché avere un'organizzazione? Vi ho già detto che il mio scopo è quello di tendere all'uomo incondizionatamente libero, perché ritengo che l'unica spiritualità sia l'incorruttibilità del sé che è eterno, sia l'armonia tra la ragione e l'amore. Questa è l'assoluta e incondizionata Verità che è la Vita stessa. Perciò voglio che l'uomo sia libero, gioioso come un uccello nel cielo splendente, sgravato, indipendente ed estatico nella sua libertà. A coloro che si sono preparati per diciotto anni dico che occorre essere liberi da tutto ciò, liberi dalle complicazioni

e dagli impegolamenti. Perciò non avete bisogno di un'organizzazione basata su un credo spirituale. Perché mantenere un'organizzazione per quei cinque o dieci individui in tutto il mondo che hanno capito e che lottano per sbarazzarsi di tutte le cose inutili? Nemmeno ai deboli serve un’organizzazione che li aiuti a trovare la Verità, perché la Verità è in tutti, non è né lontana né vicina, è eternamente. Le organizzazioni non possono farvi liberi. Nessun altro può renderci liberi. Nessun culto organizzato, e neppure l’immolarsi per una causa, può renderci liberi. Unirsi in un’organizzazione o gettarsi nel lavoro non può renderci liberi. Se per scrivere una lettera usiamo una macchina da scrivere, non la mettiamo su un altare per adorarla. Eppure è questo che si fa quando l’organizzazione diventa l’interesse principale. "Quanti iscritti avete?", è la prima domanda che mi pone qualunque giornalista. "Quanti sono i tuoi seguaci? Dal loro numero capiremo se stai dicendo il vero o il falso". Io non so quanti siate. Non me ne curo. Come ho già detto, anche se uno solo fosse stato reso libero, sarebbe abbastanza. Voi avete l’idea che solo determinate persone abbiano la chiave del Regno della Felicità. Nessuno la detiene. Nessuno ha l’autorità per farlo, la chiave è il vostro stesso sé, e solo nello sviluppo, nella purificazione e nell’incorruttibilità del sé c’è il Regno dell’Eternità. Vedete la totale assurdità della struttura che avete creato cercando un aiuto esterno, facendo dipendere da altri il vostro benessere, la vostra felicità, la vostra forza? Tutto ciò lo troverete in voi stessi. Perché allora un’organizzazione? Siete abituati a sentirvi spiegare i progressi che avete fatto, a sentirvi indicare il vostro livello spirituale. Che bambinata! Chi, se non noi stessi, può sapere se siamo belli o brutti interiormente? Chi, se non noi stessi, può dirci se siamo incorruttibili? Non avete serietà in queste cose. Perché allora un’organizzazione? Coloro che vogliono realmente conoscere, coloro che cercano davvero ciò che è eterno, privo di inizio e privo di fine,

cammineranno insieme con grande intensità e costituiranno un pericolo per tutto ciò che è inessenziale, per le irrealtà, per le ombre. Essi si uniranno e diverranno una fiamma, perché comprendono. Voglio creare un’unione così, questo e il mio scopo. Dalla vera comprensione nascerà vera amicizia. Dalla vera amicizia, che voi non sembrate conoscere, nascerà vera cooperazione reciproca. E ciò non a motivo di un’autorità, non in virtù di una salvezza o perché ci si è immolati per una causa, ma perché comprendendo davvero viviamo nell’eterno. Questo supera il maggiore piacere e il più grande sacrificio. Ecco alcuni dei motivi che, dopo due anni di attenta riflessione, mi hanno indotto a prendere questa decisione. Non si tratta di un impulso momentaneo. Non vi sono stato spinto da nessuno. Nessuno mi ha convinto. Per due anni ho riflettuto con calma, profondamente e pazientemente, e oggi, in virtù del fatto che ne sono a capo, ho deciso di sciogliere l’Ordine. Potete costituire un’altra organizzazione e aspettare qualcun'altro. Non mi interessa, così come non mi interessano le gabbie né nuove decorazioni per le gabbie. Il mio unico scopo è rendere l’uomo totalmente, assolutamente libero.

Da: http://web.tiscali.it/krishnamurti/scioglimento_ordine.htm

Su Dio

Domanda: *Che cos'è Dio?*

Krishnamurti: Come pensate di scoprirlo? Accetterete le indicazioni di qualcun altro? O cercherete di scoprire da soli che cosa è Dio? Fare domande è facile, ma fare esperienza della verità richiede una grande intelligenza, una grande quantità di indagini e ricerche.

La prima domanda è: accetterete ciò che un altro dice su Dio?

Non importa chi sia costui, se Krishna, Buddha, o Cristo, perché potrebbero essersi tutti sbagliati, così come può sbagliarsi il vostro stesso guru. Certamente, per trovare la verità, la nostra mente deve essere libera di indagare, il che significa che non può semplicemente accettare o credere. Potrei darvi una descrizione della verità, ma non sarebbe mai uguale alla vostra personale esperienza della verità. Tutti i testi sacri danno una descrizione di Dio, ma quelle descrizioni non sono Dio. La parola "Dio" non è Dio, non è forse così?

Per trovare ciò che è vero, non dobbiamo mai accettare, non dobbiamo mai farci influenzare da quello che i libri, i maestri e chiunque altro possano dirci. Se ci facciamo influenzare da loro, troveremo soltanto quello che loro vogliono farci trovare. Dobbiamo sapere che la nostra mente può creare l'immagine di ciò che desidera; può

immaginare Dio con la barba, o con un occhio solo; vederlo blu o viola. Dobbiamo quindi essere consapevoli di avere dei desideri personali e non farci ingannare dalle proiezioni dei nostri stessi bisogni e desideri.

Se desideriamo vedere Dio sotto una certa forma, l'immagine che ne avremo sarà conforme ai nostri desideri, e quell'immagine non sarà Dio, non è così? Se siamo afflitti e vogliamo essere confortati, o tendiamo al sentimentalismo e al romanticismo nelle nostre aspirazioni religiose, finiremo per creare un Dio che soddisfi le nostre aspettative, ma ancora non sarà Dio.

Pertanto la nostra mente deve essere completamente libera; solo allora possiamo trovare ciò che è vero, e non accettando una qualche superstizione, né leggendo un cosiddetto testo sacro o seguendo qualche guru. Solamente quando siamo liberi, quando siamo realmente liberi dalle influenze esterne come dai nostri desideri e dalle nostre aspirazioni così che la mente sia completamente sgombra, solo allora è possibile trovare cosa è Dio. Ma se ci fermiamo a fare congetture, allora le nostre supposizioni valgono quanto quelle del nostro guru, e sono altrettanto illusorie.

Domanda: *Vi sono vari concetti di Dio nel mondo di oggi. Qual è il suo pensiero riguardo a Dio?*

Krishnamurti: Prima di tutto dobbiamo scoprire cos'è che noi intendiamo per concetto. Che cosa intendiamo per processo del pensiero? Perché, dopo tutto, quando formuliamo un concetto, diciamo di Dio, la nostra formula o concetto deve essere il risultato dei nostri condizionamenti, non è così? Se crediamo in Dio, indubbiamente il nostro credo è il risultato dell'ambiente che ci circonda. Vi sono coloro che vengono educati a negare Dio sin dall'infanzia e coloro che vengono educati a credere in Dio, come è per la maggior parte di voi. Dunque noi formuliamo un concetto di Dio a seconda della nostra educazione, delle nostre

esperienze passate, delle nostre avversioni, di quello che ci piace o non ci piace, delle nostre speranze e paure. Ovviamente dunque, fino a quando non comprendiamo il meccanismo del nostro stesso pensiero, i meri concetti di Dio non hanno nessun valore, non è così? Perché il pensiero può proiettare quello che vuole. Può creare e negare Dio. Ognuno di noi può inventare o distruggere Dio in base alle proprie inclinazioni, ai propri piaceri e dolori. Quindi, fintanto che il pensiero rimane attivo, inventando, formulando, non potremo mai scoprire ciò che è al di là del tempo. Dio, o il reale, può essere scoperto solo quando il pensiero giunge alla fine.

Adesso, quando lei mi chiede: “Qual è il suo pensiero riguardo a Dio?”, lei ha già formulato un suo proprio pensiero, non è vero? Il pensiero può creare Dio e fare esperienza di ciò che esso stesso ha creato. Ma certamente questa non è vera esperienza. Il pensiero sta sperimentando soltanto la propria proiezione, dunque non è reale. Ma se lei e io possiamo vedere la verità di tutto ciò, allora forse avremo esperienza di un qualcosa molto più grande che non una mera proiezione del pensiero.

Al giorno d’oggi, mentre all’esterno vi è una sempre maggiore insicurezza, cresce ovviamente un intenso desiderio di sicurezza interiore. Dal momento che fuori non possiamo trovare sicurezza, la cerchiamo in un’idea, nel pensiero, e così creiamo ciò che chiamiamo Dio, e quel concetto diventa la nostra sicurezza. Adesso, una mente che cerca la sicurezza certamente non può trovare ciò che è reale, vero. Per capire quello che è al di là del tempo il pensiero deve porre fine alle proprie invenzioni. Il pensiero non può esistere senza le parole, i simboli, le immagini. Soltanto quando la mente è quieta, affrancata dalle sue stesse creazioni, vi è una possibilità di scoprire ciò che è reale. Quindi il semplice chiedere se vi sia o no Dio è una risposta immatura al problema, non è così?

Formulare opinioni su Dio è davvero infantile.

Per avere esperienza, per capire ciò che è al di là del tempo, dobbiamo ovviamente capire il processo del tempo. La mente è il risultato del tempo, è basata sui ricordi di ieri. Ed è possibile liberarsi da quella moltiplicazione di ieri che costituisce il processo del tempo?

Questo è certamente un problema molto serio; non è questione di credere o non credere. Il credere o non credere sono processi dell'ignoranza, mentre la comprensione della qualità vincolante del tempo nel pensiero porta a quella libertà soltanto nella quale la scoperta è possibile. Ma la maggior parte di noi vuole credere solo perché è più comodo; ci dà un senso di sicurezza, un senso di appartenenza a un gruppo. Indubbiamente questa convinzione ci separa; voi credete in una cosa e io in un'altra. Così le credenze agiscono da barriera; è un processo di disintegrazione.

Quello che è quindi importante non è credere o non credere, ma comprendere il processo della mente. E la mente, è il pensiero che crea il tempo. Il pensiero è tempo, e qualsiasi cosa progettata dal pensiero deve appartenere al tempo; per tale ragione il pensiero non ha alcuna possibilità di andare oltre se stesso. Per scoprire quello che è al di là del tempo il pensiero deve giungere alla fine, e questa è una cosa estremamente difficile perché la fine del pensiero non giunge attraverso una disciplina, né attraverso il controllo, o il diniego, o la repressione. Il pensiero finisce solo quando comprendiamo l'intero processo del pensare, e per comprenderlo è necessaria la conoscenza di sé. Il pensiero è il sé, è la parola che identifica se stesso come il 'me`, e qualunque sia il livello, basso o alto, in cui è posto il sé, si troverà sempre nell'ambito del pensiero.

Per trovare Dio, ciò che è oltre il tempo, dobbiamo comprendere il meccanismo del pensiero – vale a dire, il processo di se stessi. Il sé e molto complesso; non si trova a un livello qualunque, ma è costituito da molti pensieri, molte entità, ognuna in contraddizione con le altre. E necessaria una costante consapevolezza di tutto, una consapevolezza senza scelta, né condanna o paragoni; ciò significa che vi deve essere la capacità di vedere le cose così come sono, senza distorcerle o interpretarle. Nel momento in cui giudichiamo o traduciamo ciò che abbiamo visto, lo distorciamo in base alla nostre esperienze precedenti. Per scoprire la realtà o Dio non dobbiamo avere credenze, perché l'accettazione o il diniego sono barriere che poniamo alla scoperta. Noi tutti vogliamo essere sicuri sia esteriormente sia interiormente, ma la mente deve capire che la ricerca della sicurezza è un'illusione. E soltanto la mente insicura, la mente completamente libera da ogni forma di possesso, quella che può scoprire – e questo è un arduo compito. Non significa che bisogna ritirarsi nei boschi o in un monastero, o isolarsi in qualche credo particolare; al contrario, nell'isolamento non può esistere nulla. Esistere è porsi in relazione; è soltanto nelle relazioni che possiamo spontaneamente scoprire noi stessi così come siamo. È proprio questa scoperta di noi stessi come veramente siamo, senza alcun senso di condanna o giustificazione, che porta a una fondamentale trasformazione in ciò che siamo. Questo è l'inizio della saggezza.

Domanda: *La funzione della mente è pensare.*

Ho passato molti anni pensando a quelle cose che noi tutti sappiamo — affari, scienza, filosofia, psicologia, arte, e via dicendo — e adesso penso molto a Dio. Studiando le testimonianze di un grande numero di mistici e di altri scrittori religiosi, mi sono convinto dell'esistenza di Dio, e posso dare al riguardo il contributo del mio pensiero. Cosa

c’è di sbagliato in questo? Il pensare a Dio non aiuta a portare alla Sua realizzazione?

Krishnamurti: Può pensare a Dio? Può essere convinto dell’esistenza di Dio perché ha letto tutte le testimonianze? Anche l’ateo ha le sue testimonianze; probabilmente l’ateo ha studiato tanto quanto lei, e dice che Dio non esiste. Lei crede che vi sia Dio, e lui crede il contrario; entrambi avete le vostre convinzioni, entrambi avete passato del tempo pensando a Dio. Ma prima di pensare a qualcosa che non conoscete, dovete scoprire cosa sia il pensare, non è vero? Come potete pensare a qualcosa che non conoscete? Potete aver letto la Bibbia, la Bhagavad Gita, o altri libri in cui vari studiosi eruditi hanno abilmente descritto cosa è Dio, asserendo una cosa e smentendone un’altra; ma fintantoché non conoscete i meccanismi del vostro stesso pensiero, qualsiasi cosa pensiate di Dio potrebbe essere stupida e meschina, e generalmente lo è. Potete accumulare una grande quantità di prove sull’esistenza di Dio, e scrivere articoli davvero intelligenti sul tema, ma sicuramente la prima domanda sarà: come sapete che ciò che pensate è vero? Può il pensare portare all’esperienza di ciò che è inconoscibile? Il che non significa che voi dobbiate accettare emotivamente o sentimentalmente delle sciocchezze su Dio. Quindi non sarebbe importante scoprire se la vostra mente è condizionata, piuttosto che cercare ciò che è non condizionato? Certamente se la vostra mente è condizionata, e lo è, per quanto possa indagare la realtà di Dio, potrà solo mettere insieme conoscenze o informazioni a seconda del proprio condizionamento. Perciò il vostro pensare a Dio è una completa perdita di tempo, un congetturare senza valore. È come il mio stare seduto in questo boschetto desiderando di essere sulla cima di quella montagna alle mie spalle. Se voglio davvero scoprire cosa c’è sulla cima della montagna e oltre, devo scalarla.

Starmene seduto qui a fare ipotesi, costruire templi, chiese, ed emozionarmi a proposito di tutto ciò, non serve a niente.

Quello che devo fare è alzarmi, camminare, lottare, sforzarmi, arrivare li e scoprire; ma poiché la maggior parte di noi non vuole farlo, ci accontentiamo di starcene qui seduti facendo congetture su qualcosa che non conosciamo. E io dico che questo congetturare è un ostacolo, un deterioramento della mente, non ha assolutamente alcun valore; conduce soltanto l'uomo a una maggiore confusione, a una maggiore sofferenza.

Dio è qualcosa di cui non si può parlare, che non può essere tradotto in parole, perché deve rimanere per sempre il non conosciuto. Nel momento in cui il processo di riconoscimento ha inizio, siete ritornati nell'ambito della memoria. Avete capito? Diciamo, per esempio, che voi avete un'esperienza momentanea di qualcosa di straordinario. In quel preciso istante non vi è nessuno che pensa: "Devo ricordarmi di questo", vi è soltanto lo stato in cui si sperimenta. Ma non appena quel momento passa, il processo di riconoscimento si manifesta. Vi prego di seguirmi. La mente dice: "Ho avuto un'esperienza meravigliosa e vorrei che si ripetesse", e così comincia la lotta per avere di più. L'istinto di acquisizione, il perseguimento del possesso, dell'ottenere di più, si manifesta per vari motivi: perché vi procura piacere, prestigio, sapere, perché vi fa diventare un'autorità, e tutte le altre sciocchezze del genere.

La mente persegue ciò di cui ha avuto esperienza, ma ciò di cui ha avuto esperienza è già passato, morto, andato. Per scoprire ciò che è, la mente deve morire a ciò di cui ha avuto esperienza. Non si tratta di qualcosa che può essere nutrito giorno per giorno, messo insieme, accumulato, trattenuto, per poi parlarne e scriverci sopra.

Tutto quello che possiamo fare è vedere che la mente è condizionata, e comprendere il meccanismo del nostro stesso pensare attraverso la consapevolezza di sé. Devo conoscere me stesso non come mi piacerebbe essere idealmente, ma come sono realmente, per quanto brutto o bello, per quanto geloso, invidioso, avido. Ma è molto difficile vedere quello che siamo senza provare il desiderio di cambiario, e lo stesso desiderio di cambiamento è un'altra forma di condizionamento; ed è così che procediamo, andando da un condizionamento a un altro, senza mai fare esperienza di qualcosa che sia al di là di ciò che è limitato.

Ascoltare

Saper ascoltare

Vi siete mai seduti in silenzio senza fermare l'attenzione su una cosa qualsiasi, senza fare il minimo sforzo per concentrarvi, con una mente davvero calma? Se lo fate, potete ascoltare i rumori lontani e quelli vicinissimi a voi: siete in contatto coi suoni.

Allora state veramente ascoltando. La vostra mente non si limita a funzionare attraverso un solo insufficiente canale. Quando ascoltate in questo modo, con grande tranquillità, senza sforzo, scoprite che dentro di voi avviene un cambiamento straordinario, un cambiamento che non dipende dalla vostra volontà e che si produce senza che voi lo chiediate; è un cambiamento che porta con sé l'immensa bellezza di una percezione profonda.

Ascoltare senza schermi

Come ascoltate? Ascoltate attraverso le vostre proiezioni, le vostre ambizioni, i desideri, le paure, le angosce? Ascoltate solo quello che volete sentire, solo quello che vi soddisfa o che vi lusinga? Ascoltate solo quello che vi conforta e che attenua momentaneamente la vostra sofferenza? Se ascoltate attraverso lo schermo dei vostri desideri è ovvio che state ascoltando solo la vostra voce: state ascoltando solo i vostri desideri. Ma esiste un altro modo di ascoltare? Non è forse importante scoprire come si

possa ascoltare, non solo quello che dicono gli altri, ma qualunque cosa: il rumore della strada, il cinguettio degli uccelli, lo sferragliare del tram, il fragore delle onde, la voce di vostro marito o di vostra moglie o quella dei vostri amici, il pianto di un bambino? Ascoltare diventa importante quando smettiamo di proiettare i nostri desideri. Possiamo mettere da parte tutti gli schermi che ci impediscono di ascoltare veramente?

Il rumore delle parole

Ascoltare è un'arte che non è facile acquisire, ma che porta con sé bellezza e comprensione profonda. Ascoltiamo dalle profondità del nostro essere, ma il nostro ascolto è sempre alterato da preconcetti o dai nostri particolari punti di vista. Non siamo capaci di ascoltare direttamente, con semplicità; in noi l'ascolto avviene sempre attraverso lo schermo dei nostri pensieri, delle nostre impressioni, dei nostri pregiudizi... Per poter ascoltare ci deve essere calma dentro di noi, un'attenzione distesa, e non deve esserci il minimo sforzo tendente ad acquisire qualcosa. Questo stato vigile e tuttavia passivo è in grado di ascoltare quello che è al di là dei significati delle parole. Le parole portano confusione; sono solo un mezzo di comunicazione esteriore, ma per trovarsi al di là del rumore delle parole è necessario ascoltare in uno stato di vigile passività. Coloro che amano sono capaci di ascoltare, ma è estremamente raro trovare chi sia capace di farlo. La maggior parte di noi è troppo occupata a raggiungere degli obiettivi, a ottenere dei risultati; stiamo sempre cercando di andare oltre, di conquistare qualcosa, così non siamo in grado di ascoltare. Solo chi ascolta veramente può cogliere la melodia delle parole.

Non lasciate spazio al pensiero

Avete mai ascoltato il canto di un uccello? Per poter ascoltare, la mente deve essere calma, una calma che non

c'entra nulla col misticismo. Io vi parlo e voi, se volete ascoltarmi, dovete stare in silenzio; non potete farvi ronzare nella testa le idee più diverse. Quando guardate un fiore, guardatelo senza dargli un nome, senza classificarlo, senza stabilire a quale specie appartenga; solo così potete guardarlo veramente. Ma farlo è una delle cose più difficili, proprio come è estremamente difficile saper ascoltare: ascoltare un comunista, un socialista, un politico, un capitalista; oppure vostra moglie, i vostri figli, il vostro vicino, A conducente dell'autobus, il canto di un uccello. Potete ascoltare con estrema semplicità solo quando non date spazio a un'idea o a un pensiero: allora può esserci contatto diretto; e quando siete in contatto, capite se quello che vi dicono è vero o falso. Non avete bisogno di discutere.

Il vero ascolto porta con sé la libertà

State davvero ascoltando quando vi sforzate di farlo? E vostro sforzo non è forse una distrazione che impedisce l'ascolto? Dovete forse sforzarvi per ascoltare qualcosa che vi rallegra? Finché la vostra mente sarà impegnata a fare sforzi, a confrontare, a giustificare, a condannare, non potrete rendervi conto della verità, non potrete vedere il falso per quello che è...

L'atto di ascoltare è completo in se stesso; il semplice atto di ascoltare porta con sé la libertà. Ma a voi interessa veramente ascoltare? Oppure quello che vi importa è intervenire per tentare di modificare la confusione che vi portate dentro? Se ascoltaste... cioè se vi rendeste conto delle vostre contraddizioni, dei vostri conflitti, senza preoccuparvi di costringerli a entrare in un particolare schema di pensiero, forse questi finirebbero.

Vedete, noi stiamo sempre cercando di essere qualcosa, di raggiungere uno stato particolare; vorremmo fare determinate esperienze ed evitarne accuratamente altre. Ma in questo modo la nostra mente rimane sempre

occupata, non è mai tranquilla, non è mai in grado di ascoltare il rumore delle sue lotte e delle sue pene. Siate semplici... non cercate di diventare qualcosa o di aggrapparvi a qualche esperienza.

Guarda intensamente

Ho l'impressione che tanto l'atto di imparare, quanto l'atto di ascoltare ci risultino straordinariamente difficili. Noi non ascoltiamo mai veramente, perché la nostra mente non è libera; le nostre orecchie sono imbottite di tutta la conoscenza che portiamo sempre con noi, così ascoltare diventa straordinariamente difficile. Penso – anzi, è un fatto – che se potessimo ascoltare con tutto il nostro essere, con una vigorosa vitalità, allora l'atto di ascoltare diverrebbe un fattore di liberazione. Ma sfortunatamente voi non ascoltate, perché non avete mai imparato a farlo. In fondo, potete imparare qualcosa solo quando vi impegnate con tutto il vostro essere. Imparate la matematica solo quando vi ci dedicate totalmente; ma se vivete in uno stato di contraddizione, cioè se venite forzati ad imparare mentre non avete alcuna intenzione di farlo, allora l'imparare si riduce ad un vuoto processo di accumulazione.

Quando leggete un romanzo nel quale si muovono innumerevoli personaggi, se volete seguirne le vicende, dovete impegnare tutta la vostra attenzione; non potete pensare ad altre cose. E' di un'attenzione simile che avete bisogno per imparare. Se volete sapere come è fatta una foglia, una foglia di primavera o una foglia d'estate, dovete guardarla per vederne la simmetria, l'intessersi delle fibre, per sentirne la qualità. Una foglia è viva. In ogni foglia c'è bellezza, vigore, vitalità. Se volete imparare qualcosa che riguardi una foglia, un fiore, una nuvola, un tramonto o un essere umano, dovete guardarli con tutta l'intensità del vostro cuore.

L'amore

Cos'è l'amore? La parola è talmente falsata e contaminata che non mi va granché di usarla. Tutti parlano di amore – ogni rivista e ogni giornale, ogni missionario parla incessantemente di amore. Amo il mio paese, il mio re, qualche libro, quella montagna, il piacere, mia moglie, Dio.

L'amore è una idea? Se lo è può essere coltivata, nutrita, accarezzata, comandata a bacchetta, alterata come volete. Quando dite di amare Dio cosa significa? Significa che amate una proiezione della vostra immagine, una proiezione di voi stessi sotto certe spoglie di rispettabilità, secondo quello che credete sia nobile e santo. (...)

L'amore può essere l'ultima soluzione a tutte le difficoltà, i problemi e le pene dell'uomo, dunque come faremo a scoprire cos'è l'amore? Limitandoci a definirlo? La chiesa lo ha definito in un modo, la società in un altro, e c' è una gran quantità di deviazioni e di interpretazioni sbagliate.

Adorare qualcuno, dormirci insieme, lo scambio emotivo, l'amicizia – è questo quello che intendiamo per amore? (.)

L'amore può essere diviso in sacro e profano, umano e divino, o c'è solamente amore? L'amore appartiene a uno e non a molti? Se dico, "Ti amo", esclude forse ciò l'amore dell'altro? L'amore è personale o impersonale? Morale o immorale? E' qualcosa di intimo, o no? Se amate l'umanità

potete amare il particolare? L'amore e un sentimento? E' una emozione? E' piacere e desiderio?

Tutte queste domande indicano – non è vero? – che abbiamo delle idee sull' amore, idee su ciò che dovrebbe e non dovrebbe essere; un modello, o un codice maturato nella cultura in cui viviamo.

Così per approfondire la questione di cosa sia l'amore dobbiamo come prima cosa liberarci dalle incrostazioni dei secoli, mettere da parte tutti gli ideali e le ideologie su ciò che dovrebbe, o non dovrebbe essere. Dividere qualsiasi cosa in quello che dovrebbe essere e in ciò che è, è il modo più ingannevole di vivere.

Dunque, come farò a scoprire cos'è questa fiamma che chiamiamo amore – non per esprimerlo a qualcun altro, ma per sapere cosa esso sia in se stesso?

Come prima cosa devo respingere quello che la chiesa, la società, i miei genitori e amici, quello che ogni persona e ogni libro ha detto su di esso, perché voglio scoprire da solo cosa è. (.)

Il governo dice: "Va' e uccidi per amore del tuo paese". È amore questo? La religione dice: "Dimentica il sesso per amore di Dio". E' amore questo? L' amore è desiderio? Non dite di no. Per la maggior parte di noi lo è – desiderio e piacere, il piacere che è derivato dai sensi, dalla attrazione sessuale e dalla soddisfazione. Non sono contrario al sesso, ma cercate di vedere cosa in esso sia implicato. Quello che il sesso vi dà momentaneamente è il totale abbandono di voi stessi, poi finite per ritornate alla vostra confusione e così volete ripetere e ripetere quello stato in cui non c'è preoccupazione, problema, io. (.)

L'appartenere a un altro, l'essere psicologicamente nutrito da un altro, dipendere da un altro – in tutto ciò deve esserci sempre ansietà, paura, gelosia, colpa, e finché c'è

paura non c'è amore; una mente oppressa dal dolore non saprà mai cos'è l'amore; il sentimentalismo e l'emotività non hanno assolutamente niente a che fare con l'amore. E così l'amore non ha niente a che fare con il piacere e il desiderio.

L'amore non è un prodotto del pensiero che è il passato. Il pensiero non può assolutamente coltivare l'amore. L'amore non è limitato o intrappolato dalla gelosia poiché la gelosia appartiene al passato. L'amore è sempre attivo presente. Non è "Amerò" oppure "Ho amato".

Se conoscete l'amore non seguirete nessuno, l'amore non obbedisce. Quando amate non c'è rispetto, né irriverenza. Non sapete cosa realmente vuol dire amare qualcuno – amare senza odio, senza gelosia, senza rabbia, senza volere interferire con quello che l'altro fa o pensa, senza condannare, senza far paragoni – non sapete cosa vuol dire?

Dove c'è amore c'è paragone? Quando amate qualcuno con tutto il cuore, con tutta la mente, con tutto il corpo con tutto il vostro essere c'è paragone? Quando vi abbandonate completamente a quell'amore allora non c'è l'altro. Forse che l'amore ha delle responsabilità e dei doveri e ne fa uso?

Quando fate qualcosa al di fuori del dovere, c'è amore? Nel dovere non c'è amore. La struttura del dovere in cui l'essere umano è intrappolato lo va distruggendo.

Finché sarete costretti a fare qualcosa perché è vostro dovere non amerete quello che fate. Quando c'è amore non c'è dovere o responsabilità. (.) Se ci fate caso potete vedere che tutto ciò accade dentro di voi, potete vederlo con pienezza, completamente, in uno sguardo, senza sprecare tempo a farci su delle analisi. Potete vedere in un momento l'intera struttura e natura di questa piccola cosa senza valore chiamata "io", le mie lacrime, la mia famiglia, la mia

nazione, la mia fede, la mia religione – tutte queste brutture sono dentro di voi.

Quando ve ne renderete conto con il cuore, non con la mente, quando ve ne renderete conto dal più profondo del cuore, allora avrete la chiave che potrà mettere fine al dolore. (...)

Quando chiedete cos'è l'amore, potreste essere troppo spaventati per vedere la risposta. Essa potrebbe significare un cambiamento radicale; potrebbe frantumare la famiglia; potreste scoprire di non amare vostra moglie, o vostro marito, o i vostri bambini – no? – potreste dover distruggere la casa che avete costruito, potreste non tornare più al tempio.

Ma se volete ancora scoprirlo, vedrete che la paura non è amore, che dipendere non è amore, la gelosia non è amore, la possessività e il desiderio di dominare non sono amore, la responsabilità e il dovere non sono amore, l'autocommiserazione non è amore, l'angoscia di non essere amato non è amore, amore non è l'opposto di odio più di quanto umiltà non sia l'opposto di vanità. (.)

E così siamo arrivati al punto: può la mente incontrare l'amore senza bisogno di disciplina, pensiero, sforzo, senza alcun libro o maestro o guida – incontrarlo come si incontra un bel tramonto? (...)

Una mente che ricerca non è una mente appassionata e incontrare l'amore senza cercare è l'unico modo per trovarlo – incontrarlo ignari, e non come risultato di uno sforzo o di una esperienza. Questo amore, scoprirete non appartiene al tempo; questo amore è sia personale che impersonale, appartiene sia ad uno che a molti.

Come per un fiore profumato che voi potete odorare o trascurare. Quel fiore è lì per chiunque, anche per colui che si prende la pena di odorarlo profondamente e di guardarlo

con piacere. Sia egli molto vicino nel giardino o molto lontano, per il fiore è la stessa cosa, essendo ricco di quel profumo lo distribuisce a tutti.

L'amore è qualcosa di nuovo, fresco, vivo. Non ha ieri né domani. E' al di là della confusione del pensiero. Solo la mente innocente sa cosa sia l'amore, e la mente innocente può vivere nel mondo che innocente non è. E' possibile scoprire questa cosa straordinaria che l'uomo ha cercato eternamente, nel sacrificio, nell'adorazione, nel rapporto, nel sesso, in ogni forma di piacere e di dolore, solamente quando il pensiero arriva a comprendere se stesso e giunge naturalmente a fine. (...)

Potete leggere queste parole ipnotizzati e incantati, ma andare al di là del pensiero e del tempo realmente – cioè andare al di là del dolore – vuol dire essere consapevoli che c'è un'altra dimensione chiamata amore. Ma non sapete come raggiungere questa straordinaria sorgente – cosa fate dunque? Se non sapete che fare, non fate niente, non è vero? Assolutamente niente.

Allora intimamente voi siete nel più completo silenzio. Capite cosa vuoi dire? Vuol dire che non cercate non volete, non andate a caccia di qualcosa; non c'è assolutamente un centro.

Allora c'è amore.

Tempo e mutamento

da: La ricerca della felicita' [Jiddu Krishnamurti]

Vorrei ora discutere brevemente cos'è il tempo, perché credo che l'esperienza della ricchezza, bellezza e significato di ciò che è atemporale, di ciò che è vero, sia possibile soltanto quando si comprende l'intero processo del tempo. In fin dei conti, noi tutti cerchiamo, ognuno a modo suo, un senso di felicità, di arricchimento. Certamente una vita che ha significato, che conosce le ricchezze della vera felicità, è fuori dal tempo. Come l'amore, tale vita è atemporale; e per comprendere ciò che è atemporale, non dobbiamo accostarci ad esso attraverso il tempo, ma piuttosto comprendere il tempo. Non dobbiamo utilizzare il tempo come mezzo per raggiungere l'atemporale, per coglierlo e farlo nostro. Ma è proprio questo che facciamo per la maggior parte della vita: passiamo il tempo a cercare di afferrare ciò che è senza tempo; ecco perché è così importante comprendere cosa significa per noi il tempo, perché credo sia possibile esserne liberi. E' molto importante comprendere il tempo nel suo insieme, non parzialmente.

E' interessante rendersi conto che le nostre vite trascorrono per lo più nel tempo – il tempo inteso non come sequenza cronologica di minuti, ore, giorni e anni, bensì nel senso di memoria psicologica. Viviamo secondo il tempo, siamo il risultato del tempo. Il presente è semplicemente la

transizione dal passato al futuro. Le nostre menti, le nostre attività, il nostro essere sono fondati sul tempo; senza tempo non possiamo pensare, perché il pensiero è il risultato del tempo, è il prodotto di molti ieri, e non c'è pensiero senza memoria. La memoria è tempo; esistono, infatti, due tipi di tempo, quello cronologico e quello psicologico. C'è un ieri dell'orologio e un ieri della memoria. Non si può rifiutare il tempo cronologico; sarebbe assurdo – come si farebbe a sapere quando parte il treno? Ma esiste davvero il tempo, indipendentemente dal tempo cronologico? Esiste il tempo così come la mente lo concepisce? Esiste il tempo al di fuori della mente? Senza dubbio il tempo, il tempo psicologico, è un prodotto della mente. Senza il fondamento del pensiero, non esiste tempo – il tempo non è altro che memoria dell'ieri in rapporto all'oggi, che forgia il domani. In altri termini, ciò che crea il futuro è il ricordo dell'esperienza passata in risposta al presente – il che è, ancora una volta, il frutto del processo del pensiero, un percorso mentale.

Il processo del pensiero genera la progressione psicologica nel tempo: ma è davvero qualcosa di reale, reale come il tempo cronologico? E possiamo servirci di quel tempo che è della mente come mezzo per comprendere l'eterno, l'atemporale? Come ho già detto, la felicità non appartiene all'ieri, non è il prodotto del tempo; la felicità è sempre nel presente, uno stato Temporale. Non so se avete notato che nell'estasi, nel momento della gioia creativa – una serie di nubi luminose circondate da nubi scure – il tempo non esiste: c'è solo l'immediato presente. La mente, intervenendo dopo l'esperienza situata nel presente, la ricorda e desidera proseguirla, e perciò accumula sempre più esperienze su di sé, creando in tal modo il tempo. Dunque il tempo è creato dal "più": il tempo è acquisizione ed è anche distacco, che a sua volta è un'acquisizione della mente. Di conseguenza, limitarsi a disciplinare la mente nel

tempo, a condizionare il pensiero nel contesto del tempo, certamente non rivela ciò che è Temporale.

Ma il cambiamento dipende dal tempo? La maggior parte di noi è abituata a pensare che il tempo sia necessario al cambiamento: io sono questo, e cambiare ciò che sono in ciò che dovrei essere richiede tempo. Sono avido, con tutte le conseguenze dell'avidità in termini di confusione, antagonismo, conflitto e infelicità; per produrre una trasformazione, ossia l'assenza di avidità, crediamo che il tempo sia necessario. In altri termini il tempo è considerato un mezzo per evolvere in qualcosa di superiore, per diventare qualcos'altro.

Il problema è questo: siamo violenti, avidi, invidiosi, rabbiosi, viziosi o appassionati. Per trasformare ciò che è, davvero è necessario il tempo? Innanzitutto, perché vogliamo cambiare ciò che è o produrre un cambiamento?

Perché? Perché ciò che siamo non ci soddisfà: crea conflitto, turbamento, e dunque, non piacendoci tale condizione, aspiriamo a qualcosa di migliore, di più nobile, di più idealistico. Desideriamo il cambiamento perché nella nostra vita c'è dolore, disagio, conflitto. Ma il conflitto si supera col tempo? Se affermate che è solo questione di tempo, siete ancora invischiati nel conflitto. Potete sostenere che ci vorranno venti giorni o vent'anni per sbarazzarvi del conflitto, per cambiare ciò che siete; ma per tutto quel tempo siete ancora in conflitto e quindi il tempo non genera alcun mutamento.

Quando ci serviamo del tempo come di un mezzo per acquisire una qualità, una virtù o uno stato dell'essere, in effetti non facciamo altro che posticipare o evitare ciò che è; credo che sia importante comprendere questo punto.

L'avidità o la violenza provocano sofferenza e turbamento nel mondo del nostro rapporto con gli altri,

ossia nella società; ed essendo consci di questo stato di turbamento, che definiamo avidità o violenza, diciamo a noi stessi: "Col tempo ne uscirò fuori; praticherò la non violenza, praticherò l'assenza di invidia, praticherò la pace". Trovandoci in uno stato di conflitto, aspiriamo a raggiungere uno stato esente da conflitti. Orbene, tale stato di assenza di conflitto è forse il risultato del tempo, di una durata? Ovviamente no; perché, mentre siamo impegnati nel conseguimento di uno stato di non violenza, siamo ancora violenti e, dunque, ancora in conflitto.

Il nostro problema è stabilire se un conflitto, un turbamento, possano essere superati nell'arco di un periodo di tempo, che si tratti di giorni, di anni o dello spazio di un'intera esistenza. Cosa accade quando qualcuno dice: "Praticherò la non violenza per un certo periodo di tempo?". Il fatto stesso di doverla praticare indica che si è in conflitto, non è Così? Se non si opponesse resistenza al conflitto, non ci sarebbe bisogno di praticarla.

Si afferma che la resistenza al conflitto è necessaria allo scopo di superare il conflitto stesso e che per attuare tale resistenza bisogna avere tempo. Ma la resistenza al conflitto è in se stessa una forma di conflitto.

Impieghiamo la nostra energia a resistere al conflitto, che si presenta sotto forma di ciò che chiamiamo avidità, invidia o violenza, ma la nostra mente è ancora in conflitto; perciò è importante percepire la falsità del processo di dipendenza dal tempo come mezzo per superare la violenza e in tal modo liberarsene. Allora si è capaci di essere ciò che si è realmente: un turbamento psicologico che è la violenza stessa.

Per comprendere qualunque cosa, qualunque problema umano o scientifico, che cosa è importante, essenziale? Una mente tranquilla, non è così? Una mente che sia intenta a comprendere, non una mente che escluda ogni altra cosa,

una mente che cerchi di concentrarsi – il che equivarrebbe, ancora una volta, a uno sforzo di resistenza. Se davvero voglio comprendere qualcosa, immediatamente si determina nella mente uno stato di quiete.

Quando volete ascoltare un brano musicale o guardare un quadro che amate, al quale siete particolarmente sensibili, qual è lo stato della vostra mente?

Subito si crea una quiete, non è così? Quando ascoltate la musica, la vostra mente non vaga: ascolta. Allo stesso modo, quando volete davvero comprendere il conflitto, non dipendete più dal tempo, in alcun modo; siete semplicemente di fronte a ciò che è, ossia al conflitto. Ecco allora sorgere immediatamente una quiete, un'immobilità della mente.

Quando non si dipende più dal tempo come mezzo per trasformare ciò che è perché si è percepita la falsità di tale processo, allora ci si confronta con ciò che è; ed essendo interessati a comprendere ciò che è, naturalmente si ha una mente tranquilla. In quello stato mentale vigile e tuttavia passivo, c'è comprensione. Fin tanto che la mente è in conflitto, biasima, resiste, condanna, non può esserci comprensione. Se voglio comprendere qualcuno, ovviamente non devo condannarlo. E' la mente tranquilla, la mente immobile, che produce il cambiamento.

Quando la mente non oppone più resistenza, non evita più ciò che è, né lo scarta o lo critica, ma ne è solo passivamente consapevole, allora in quella passività della mente, se davvero approfondite il problema, scoprirete che si verifica una trasformazione.

La rivoluzione è possibile solo adesso, non in futuro; la rigenerazione è oggi, non domani. Se farete l'esperienza che ho descritto in queste pagine, scoprirete che da essa ha origine un'immediata rigenerazione, una novità, una qualità

di freschezza; la mente, infatti, è sempre immobile quando è interessata, quando desidera o ha l'intenzione di comprendere. La difficoltà che la maggior parte di noi deve fronteggiare sta nel fatto che non abbiamo l'intenzione di comprendere; temiamo infatti che, se davvero comprendessimo, ciò potrebbe produrre un effetto rivoluzionario sulla nostra vita, e per questo resistiamo. Nell'utilizzazione del tempo o di un ideale come mezzi di trasformazione graduale si evidenzia l'azione di un meccanismo di difesa.

Dunque la rigenerazione è possibile solo nel presente, non nel futuro, non domani. Un individuo che faccia affidamento sul tempo come mezzo attraverso il quale conquistare la felicità o realizzare la verità o conoscere Dio non fa altro che ingannare se stesso; vive nell'ignoranza e, dunque, nel conflitto. Un individuo il quale capisca che il tempo non è la via d'uscita dalle difficoltà e che perciò è libero dal falso, ha un'intenzione naturale di comprendere; perciò la sua mente è spontaneamente tranquilla, senza che ci sia bisogno di costrizioni o di esercizi. Quando la mente è immobile, tranquilla, quando non cerca alcuna risposta o soluzione, quando non resiste né evita, soltanto allora può esserci rigenerazione, poiché la mente è capace di percepire il vero; ed è la libertà che rende liberi, non lo sforzo per liberarsi.

Credere non è realtà

Ci si può convertire da una fede all'altra, si può passare da un dogma all'altro, ma non ci si può convertire alla comprensione della realtà.

Credere non è realtà.

Possiamo cambiare le nostre idee, cambiare opinione, ma la verità, Dio, non sono una convinzione: sono un'esperienza che non si basa su nessuna fede o dogma, nemmeno su nessuna precedente esperienza. Se abbiamo avuto un'esperienza nata dalla fede, la nostra esperienza è il riflesso condizionato di quella fede. Se avete un'esperienza inaspettatamente, spontaneamente, e costruite altre esperienze sulla prima, allora l'esperienza non è che la continuazione del ricordo che risponde al contatto col presente. Il ricordo è sempre morto, viene in essere soltanto in contatto col presente vivo.

La conversione è un cambiamento da una fede, o dogma, a un'altra, da una cerimonia a un'altra più edificante, e non apre la porta alla realtà. Anzi, una cerimonia edificante è un ostacolo alla realtà. Eppure è proprio questo ciò che le religioni organizzate e i gruppi religiosi tentano di fare: convertirvi a un dogma più o meno ragionevole, a superstizioni o speranze più o meno ragionevoli. Vi offrono una gabbia migliore. Essa può, o non può essere comoda, ciò dipende dal vostro temperamento, ma è sempre una prigione.

Religiosamente e politicamente, a livelli di cultura differenti, questa conversione è continuamente in corso. Le organizzazioni, coi loro capi, si sforzano di mantenere l'uomo nei quadri ideologici che esse offrono, sia religiosi sia economici. In questo processo si trova il reciproco sfruttamento. La verità è ai di fuori di ogni schema, paura o speranza. Se volete scoprire la suprema felicità della verità, dovete rompere con ogni cerimonia e tutti gli schemi ideologici.

La mente trova forza e sicurezza in schemi religiosi e politici, ed è proprio questo che dà base e resistenza alle organizzazioni. Ci sono sempre i duri a morire e le nuove reclute. Costoro mantengono le organizzazioni, coi loro investimenti e proprietà, in funzione, e la potenza e il prestigio delle organizzazioni attraggono coloro che adorano il successo e la saggezza mondana. Quando la mente si accorge che gli antichi schemi non sono più soddisfacenti e vitalizzati, si converte ad altri dogmi e altre fedi di maggior conforto e dispensatori di nuove energie. Onde la mente non è che il prodotto dell'ambiente, e si ricrea e si sostiene con sensazioni e identificazioni; ed è per questo che la mente aderisce a norme di condotta, a scuole di pensiero e così via. Finché la mente non sarà che il prodotto del passato, non potrà mai scoprire la verità né permettere alla verità di venire in essere. Restando aggrappata alle organizzazioni, rinuncia alla ricerca della verità.

Ovviamente, i riti offrono ai partecipanti un'atmosfera in cui essi si trovano a loro agio. Tanto i riti collettivi quanto quelli individuali danno una certa serenità alla mente; offrono un contrasto vitale col tedio e la monotonia della vita quotidiana. C'è una certa quantità di bellezza e di ordine nelle cerimonie, ma fondamentalmente, non sono che degli eccitanti; e come tutti gli eccitanti in breve ottundono la mente e il cuore. I riti divengono abitudine;

divengono una necessità, e non se ne può più fare a meno. Questa necessità è considerata una rinascita spirituale, un raduno delle forze necessarie per affrontare la vita, una meditazione quotidiana o settimanale, e così via; ma se si osservi più attentamente questo processo, si vedrà che i riti sono una vana ripetizione, la quale offre un'evasione mirabile e decente dalla conoscenza di sé. Senza conoscenza di sé, l'azione conta ben poco.

La ripetizione di canti sacri, inni e litanie, di parole e frasi, fa dormire la mente, anche se di primo acchito sembra abbastanza stimolante. In questo stato di assopimento, si verificano delle esperienze, ma non sono che proiezioni di se stesse. Per edificanti che siano, queste esperienze sono illusorie. La sperimentazione della realtà non viene in essere mediante nessuna ripetizione, mediante nessuna pratica. La verità non è un fine, un risultato, una meta; non la si può inventare, perché non è un oggetto della mente.

La mente non può spingersi nell'incognito

Può ciò che è incommensurabile essere trovato da te e da me? Può ciò che non è del tempo essere scovato da quella cosa che è fatta di tempo? Può una disciplina praticata diligentemente condurci all'ignoto? Vi è un mezzo per giungere a ciò che non ha né principio né fine? Può quella realtà essere colta nella rete dei nostri desideri? Ciò che noi possiamo catturare è la proiezione di ciò che è noto; ma l'ignoto non può essere colto dal noto. Ciò che ha un nome non è ineffabile e nominando noi ridestiamo soltanto dei riflessi condizionati. Questi riflessi, per nobili e belli, non sono le risposte del reale. Noi reagiamo a degli stimoli, ma la realtà non offre stimoli: essa è.

La mente muove dal cognito al cognito e non può spingersi nell'incognito.

Non possiamo pensare a qualcosa che non conosciamo; è impossibile. Ciò che pensate viene dal cognito, dal passato, sia questo passato remoto o il secondo appena trascorso.

Questo passato è pensato, foggiato e condizionato da molte influenze, si modifica secondo le circostanze e le pressioni, ma rimane sempre un processo temporale. Il pensiero può soltanto negare o asserire, non può scoprire il nuovo. Il pensiero non può trovare il nuovo; ma quando il pensiero tace, allora può esserci il nuovo: che è

immediatamente trasformato nel vecchio, nello sperimentato, dal pensiero. Il pensiero forma sempre, modifica, cobra secondo uno schema di esperienza. La funzione del pensiero è di comunicare, ma non di essere nello stato di sperimentazione. Quando la sperimentazione cessa, allora subentra il pensiero e la definisce entro la categoria del cognito. Il pensiero non può penetrare nell'incognito, così che non può mai scoprire o sperimentare la realtà.

Discipline, rinunce, distacchi, riti, esercizio della virtù, tutte queste cose, per nobili che siano, sono il processo del pensiero; e il pensiero può soltanto operare verso un fine, una conquista, che sono sempre del cognito.

Il conseguimento è sicurezza, la certezza auto-protettiva del cognito.

Cercare la sicurezza in ciò che è senza nome vuoi dire negarla. La sicurezza che si può trovare è soltanto nella proiezione del passato, del cognito. Per questa ragione la mente deve rimanere in profondo e totale silenzio; ma questo silenzio non può essere acquistato mediante il sacrificio, la sublimazione o la soppressione. Questo silenzio viene quando la mente non cerca più, non è più presa nel processo del divenire. Questo silenzio non è cumulativo, non può essere creato attraverso la pratica. Questo silenzio deve essere così sconosciuto alla mente come ciò che è senza tempo; perché se la mente sperimenta il silenzio, allora c'è lo sperimentatore che è la somma di esperienze passate, che è consapevole di un passato silenzio; e ciò che è sperimentato dallo sperimentatore è soltanto una ripetizione che si auto-proietta. La mente non può mai sperimentare il nuovo, così che la mente deve starsene tranquilla all'estremo.

La mente può tacere solo quando non sperimenta, vale a dire quando non definisce o nomina, non registra e non

accumula nella memoria. Questo dare un nome e registrare è un processò Continuo dei differenti strati della coscienza, non soltanto della mente più elevata. Ma quando la mente superficiale è in quiete, la mente più profonda può far sentire le sue intimazioni. Quando l'intera coscienza è muta e tranquilla, libera d'ogni divenire, che è spontaneità, allora soltanto l'incommensurabile viene in essere. Il desiderio di conservare questa libertà dà continuità alla memoria del diveniente, la qual cosa è un ostacolo alla realtà. La realtà non ha continuità; è di momento in momento, sempre nuova, sempre recente. Ciò che ha continuità non può mai essere creativo.

La mente superiore è soltanto uno strumento di comunicazione, non può misurare ciò che è incommensurabile. Della realtà non si deve parlare; e quando se ne parla, non è più realtà.

Questa è meditazione.

Rapporto e isolamento

La vita è esperienza, esperienza nel rapporto. Non si può vivere nell'isolamento; dunque la vita è rapporto e il rapporto è azione. E come si può avere quella capacità di comprendere i rapporti che costituiscono la vita?

Non è forse vero che rapporto significa non solo comunione con le persone, ma anche intimità con le cose e le idee? La vita è rapporto, che si esprime attraverso il contatto con le cose, con le persone e con le idee. Nella comprensione dei rapporti si può sviluppare la capacità di affrontare la vita in maniera piena e adeguata. Quindi il nostro problema non è tale capacità-che non è indipendenza dei rapporti-ma piuttosto la comprensione dei rapporti, che produrrà naturalmente le necessarie capacità di immediata duttilità, rapida adattabilità e pronta reazione.

Non c'è dubbio che il rapporto sia lo specchio in cui scopriamo noi stessi.

Al di fuori dei rapporti non siamo; essere è essere in relazione; essere in relazione costituisce l'esistenza. Esistiamo solo nel rapporto; al di fuori di esso non esistiamo, l'esistenza non ha significato. Non è perchè pensiamo di essere che accediamo all'esistenza. Esistiamo perchè siamo in rapporto con altri; ed è la mancanza di comprensione del rapporto che causa conflitto.

Orbene, la comprensione del rapporto è assente perchè ci serviamo dei rapporti come di un semplice mezzo per promuovere il conseguimento, la trasformazione, il divenire.

Ma il rapporto è uno strumento di scoperta del sè, perchè costituisce l'essere, è l' esistenza. Per comprendere me stesso, devo comprendere il rapporto. Il rapporto è uno specchio in cui posso vedere me stesso. Può essere uno specchio deformante, oppure può essere "come è", riflettendo ciò che è. Ma la maggior parte di noi vede in quel rapporto, in quello specchio, le cose che "preferisce" vedere, non ciò che è.

Preferiamo idealizzare, evadere, preferiamo vivere nel futuro piuttosto che comprendere il rapporto nell'immediato presente.

Se esaminiamo la nostra vita, il nostro rapporto con gli altri, vedremo che si tratta di un processo di isolamento. In realtà non ci interessano gli altri; anche se ne facciamo un gran parlare, di fatto non ci interessano.

Siamo legati a qualcuno solo fin tanto che quel rapporto ci assicura protezione e ci soddisfa. Ma nel momento in cui nel rapporto sorge una difficoltà che ci procura disagio, lo mettiamo da parte. In altre parole, c'è rapporto solo nella misura in cui c'è gratificazione. Ciò può suonare brutale, ma se considerate la nostra vita molto attentamente, vi accorgerete che è un dato di fatto; e ignorare un dato di fatto vuol dire vivere nell'ignoranza che non potrà mai dare vita a un rapporto giusto. Se esaminiamo le nostre vite e osserviamo i nostri rapporti, ci accorgiamo che consistono in un processo di costruzione di resistenze verso gli altri, come muri al di sopra dei quali guardiamo i nostri simili; ma stiamo ben attenti a mantenere sempre in piedi il muro- che sia psicologico, materiale, economico o nazionale- e ce ne facciamo scudo. Fin quando viviamo in isolamento, dietro un

muro, non c'è possibilità di rapporto con l'altro; e il motivo per cui viviamo rinchiusi è perchè lo troviamo molto più gratificante, pensiamo che sia molto più sicuro.

"Su ogni tavolo c'erano narcisi selvatici"

da: Jiddu Krishnamurti

La sola rivoluzione pp. 129/130

Ed. Ubaldini – Roma

Su ogni tavolo c'erano narcisi selvatici, freschi, appena colti dal giardino, con ancora intatto l'incanto della primavera. Su un tavolo accanto c'erano dei gigli, biancovellutati, dal cuore intensamente giallo. Vedere quel bianco vellutato e il giallo brillante di quei narcisi era come vedere il cielo, profondo, illimitato, silenzioso.

Quasi tutti i tavoli erano occupati da gente che parlava a voce alta e rideva. A un tavolo vicino, una donna dava da mangiare furtivamente al suo cane la carne che non mangiava. Tutti, a quanto pareva, avevano grosse porzioni e non era un bello spettacolo veder gente mangiare; forse è barbaro mangiare pubblicamente. Un uomo, dall'altra parte della sala, si era rimpinzato di vino e carne e si stava accendendo un grosso sigaro, con un che di beato sulla grassa faccia. Sua moglie, grassa come lui, si accese una sigaretta. Sembravano fuori del mondo.

Ed essi erano lì, i gialli narcisi selvatici, e nessuno sembrava curarsi di loro. Erano lì per scopi decorativi che non avevano alcun senso; e, quando li osservavi, il loro

giallo brillante riempiva la sala rumorosa. Il colore ha questo strano effetto sull'occhio. Non avveniva tanto che l'occhio assorbisse il colore, quanto che il colore sembrasse riempire il tuo essere.

Tu eri quel colore; tu non diventavi quel colore, tu lo eri, senza identificazione o nome: l'anonimità che è innocenza.

Dove non c'è anonimità c'è la violenza, in tutte le sue forme.

Ma tu dimenticasti il mondo, la sala piena di fumo, la crudeltà dell'uomo e la rossa, disgustosa carne; quegli eleganti narcisi sembravano portarti al di là del tempo.

L'amore è così. In lui non c'è tempo, né spazio, né identità. E' l'identità che genera il piacere e l'affanno; è l'identità che porta con sé l'odio e la guerra e innalza un muro intorno agli uomini, intorno al singolo, intorno a ciascuna famiglia e comunità. L'uomo deve superare il muro per incontrare il suo simile, che è chiuso anche lui entro un muro; la morale è una parola che stabilisce un ponte fra i due, e così diventa brutta e vana.

L'amore non è così; è come quel bosco dall'altro lato della via, che ogni momento si rinnova perché ogni momento muore. In lui non c'è permanenza, la permanenza cercata dal pensiero; è un movimento che il pensiero non potrà mai capire, toccare o sentire. Il sentimento del pensiero e il sentimento dell'amore sono due cose differenti; l'uno porta alla schiavitù e l'altro alla fioritura della bontà.

Quella fioritura non avviene entro la sfera di nessuna società, di nessuna cultura, di nessuna religione, mentre la schiavitù appartiene a tutte le società, credenze religiose e fede nell'altro. L'amore è anonimo, quindi non violento. Il piacere è violento, perché in esso agiscono come fattori sollecitanti il desiderio e la volontà. L'amore non può essere

generato dal pensiero, né dalle buone opere. La negazione dell'intero processo del pensiero diviene la bellezza dell'azione, che è amore. Senza di che non c'è beatitudine di verità.

E laggiù, su quel tavolo, si ergevano i narcisi selvatici . . .

La vita ha un senso?

Brockwood Park, 5/9/1976

(Tratto da "Andare incontro alla vita")

Io penso che dobbiamo parlare insieme di qualcosa di fondamentale importanza, qualcosa di cui ogni essere umano dovrebbe occuparsi perché riguarda la nostra vita, la nostra attività quotidiana, il modo in cui noi sprechiamo i giorni e gli anni della nostra vita.

Perché ? E a che scopo?

Noi nasciamo e moriamo, e in questi anni di dolore e di angoscia, di gioia e di piacere, si perpetuano l'eterna battaglia e l'eterno sforzo di andare in ufficio o in fabbrica per quaranta o cinquant'anni, di cercare di dare la scalata al successo, di accumulare denaro, piacere, esperienza, conoscenze; e alla fine, la morte. Alcuni scienziati dicono che l'uomo progredisce grazie alla conoscenza. È proprio così?

Noi sappiamo un'infinità di cose su molti argomenti – biologia, archeologia, storia e così via – ma non sembra che questa conoscenza abbia modificato l'uomo in maniera radicale, profonda. Non fanno che perpetrarsi il conflitto, la lotta, il dolore, il piacere, l'eterna battaglia di sempre per l'esistenza.

Poiché noi vediamo che tutto ciò continua ad accadere in ogni paese e a ogni latitudine, di che cosa si tratta? È molto

facile rispondere con una spiegazione emotiva, romantica, nevrotica, oppure intellettuale o razionale.

Ma se voi mettete da parte tutte queste cose che, per quanto intellettuali dimostrano tutte una certa superficialità, io penso che si tratti di una domanda molto importante. È importante porsela ed è importante trovare una risposta personale senza lasciarsi condizionare da un prete, da un guru o da un qualsiasi concetto filosofico, senza affermare niente, senza credere in niente, senza coltivare alcun ideale, ma soltanto una profonda osservazione. In caso contrario, la nostra sarà una vita fatta di automatismi. Il nostro cervello si è abituato a un modo di vivere meccanico; ora, una parte del cervello deve essere necessariamente meccanica, per quanto riguarda l'acquisizione della conoscenza e nell'uso ingegnoso di questa conoscenza in ogni circostanza della vita, in ogni azione esterna, e da un punto di vista tecnologico.

Ma la conoscenza che abbiamo acquisito – e di conoscenza possiamo accumularne sempre di più – non risponde alla domanda fondamentale: qual è il significato, in che cosa consiste la profondità della nostra vita?

Noi vediamo bene che tutta l'umanità deve creare un'unità, perché soltanto così la razza umana sopravviverà fisicamente e biologicamente.

Non saranno certo i politici a risolvere questo problema, non l'hanno mai fatto! Al contrario, manterranno le separazioni: da ciò traggono grandi vantaggi. L'umanità deve unirsi, è un fatto fondamentale per la sua esistenza, che tuttavia non può accadere attraverso regole, dogmi burocratici, leggi e cose del genere. Quando dunque noi osserviamo tutto ciò dal nostro punto di vista di esseri umani che vivono nel caos di un mondo praticamente impazzito – la vendita di armamenti per profitto, l'uccisione

di persone in nome di un'idea, di una nazione, di un dio -che cosa dobbiamo fare? E a che scopo tutto ciò?

Le religioni hanno cercato di dare un senso alla vita: parlo delle religioni istituzionalizzate, propagandistiche, ritualistiche. Ma nonostante i duemila o i diecimila anni di vita, l'uomo ha semplicemente affermato certi principi, certi ideali, certe deduzioni, ma lo ha sempre fatto a parole, sempre in maniera superficiale e irrealistica. Perciò, se siamo seri – e dobbiamo esserlo, altrimenti non viviamo in maniera reale, il che significa che non sorridiamo o non ridiamo mai – seri nel senso di un impegno totale rispetto al problema globale dell'esistenza, penso diventi molto importante scoprire un senso personale della vita. Quando dunque ci chiediamo qual è il senso globale della vita, ci troviamo di fronte al fatto che il nostro cervello è prigioniero in un solco, in un'abitudine, in una tradizione, nel condizionamento dell'educazione ricevuta, coltiva soltanto conoscenza, informazioni e funziona così in maniera sempre più meccanica.

Per approfondire questo problema deve regnare un grande dubbio.

Dubbio e scetticismo sono fondamentali perché, rinnegando tutto quanto l'uomo ha costruito – le sue religioni, i rituali, i dogmi, le credenze che sono tutte movimenti del pensiero – producono una certa libertà della mente. Come anche gli scienziati ammettono, il pensiero è un processo materiale che non ha risolto i nostri problemi, che non è stato capace di indagare a fondo in se stesso. Essendo esso stesso un frammento, ha semplicemente frantumato tutta l'esistenza. Così, esiste questa qualità del cervello che è meccanicistica e che in certe aree lo è necessariamente; ma interiormente, nella struttura psicologica della mente umana non c'è libertà. La mente è condizionata, è trattenuta da una credenza, dai cosiddetti

ideali, dalla fede. Perciò, quando si arriva a dubitare, quando si accantona tutto questo – non in maniera teorica, ma fattuale, meticolosa – allora, che cosa rimane? Abbiamo paura di farlo perché ci diciamo: "Se rinnego tutto quello che il pensiero ha creato, che cosa rimane?". Quando voi capite la natura del pensiero – che è un processo meccanico del tempo, una misura, la risposta al ricordo, un processo che porta sempre più sofferenza, angoscia, ansia e paura all'umanità – e andate oltre, lo rinnegate, che cosa rimane?

La scoperta di quel che rimane deve iniziare con la libertà, perché la libertà è il primo e l'ultimo passo. Senza la libertà – non la libertà di scelta – l'uomo è semplicemente una macchina.

Noi pensiamo di essere liberi perché facciamo delle scelte; la scelta esiste soltanto quando la mente è confusa. Quando la mente è chiara la scelta non esiste. Quando voi vedete le cose con grande chiarezza, senza distorsioni, senza illusioni, allora la scelta non esiste. Una mente che non sceglie è una mente libera, ma una mente che sceglie, e quindi mette in atto una serie di conflitti e di contraddizioni, non è mai libera perché è confusa in se stessa, divisa, frammentata.

Per esplorare in qualsiasi campo deve esserci quindi libertà, libertà di indagare in modo che in quell'indagine non ci sia distorsione. Quando c'è distorsione, dietro c'è un movente, un movente che è trovare una risposta, un movente che è realizzare un desiderio, escogitare una soluzione ai nostri problemi, un movente che può essere basato su un'esperienza passata, su una conoscenza passata; e tutta la conoscenza è passato.

Ovunque esiste un movente c'è necessariamente distorsione.

Può la nostra mente liberarsi dalla distorsione? E osservare la nostra mente significa osservare la mente comune a tutta l'umanità, perché il contenuto della nostra conoscenza è identico a quello di tutti gli esseri umani che, ovunque vivano, passano attraverso lo stesso processo di paura, di angoscia, di tortura, di ansia e di conflitto, Ulteriore ed esterno, senza fine. Questa è la coscienza comune a tutta l'umanità.

Perciò, quando voi esaminate la vostra coscienza state guardando nella coscienza dell'uomo, e quindi non è un esame personale, individualistico.

AI contrario, state guardando nella coscienza del mondo, che siete voi. E questa è la realtà, quando approfondite questo processo. Avere una mente libera crea un'esigenza tremenda: richiede che voi, in quanto esseri umani, siate totalmente impegnati nella trasformazione del contenuto della coscienza, perché il contenuto crea la coscienza. E la trasformazione con la rivoluzione psicologica totale di questa coscienza ci riguarda tutti. Per portare avanti questa indagine vi si richiede grande energia, un'energia che si sprigiona quando non c'è dispersione di energia. Si spreca energia quando si cerca di superare ciò che si è, di negare o di sfuggire a ciò che si è , o di analizzare ciò che si è, perché l'analista è l'analizzato, l'analista non è diverso da ciò che analizza. E nei molti discorsi fatti nel corso degli anni, abbiamo detto che questa è una realtà fondamentale. Ci stiamo chiedendo qual è il senso e l'importanza della vita, se mai la vita ne abbia. Se dite che la vita ha senso vi siete già in qualche modo compromessi e quindi non potete portare avanti l'indagine, avete già avviato il processo di distorsione. Allo stesso modo, se dite che la vita non ha senso, si tratta di un'altra forma di distorsione.

Perciò è necessario essere completamente liberi sia dalle affermazioni positive sia da quelle negative.

E qui inizia veramente la meditazione.

I guru che in India si moltiplicano come funghi e che prosperano in tutto il mondo hanno dato a questa parola una grande varietà di significati. C'è la meditazione trascendentale – e io vorrei che non avessero mai usato questa splendida parola – che è la ripetizione di certe espressioni, a pagamento – tre volte al giorno, per venti minuti.....!

La ripetizione ininterrotta di qualsiasi parola certamente vi darà una certa quiete perché avete ridotto il cervello a una tranquillità meccanica. Ma in questo non c'è niente di più trascendentale di quanto ve ne sia in qualsiasi altra cosa. ....

E con ciò noi pensiamo di fare esperienza di qualcosa che è al di là del processo del pensiero materiale.

L'uomo cerca esperienze diverse da quelle della vita ordinaria e quotidiana. Noi siamo annoiati, non ne possiamo più di tutta l'esperienza che abbiamo fatto della vita, e speriamo di impadronirci di un'esperienza che non sia il prodotto del pensiero. La parola esperienza significa, attraversare fino in fondo qualsiasi cosa , non significa ricordarla e perpetuarla. Ma questo noi non lo facciamo .

Per riconoscere un'esperienza dovete averla già conosciuta; non è qualcosa di nuovo. Così, la mente che cerca un'esperienza diversa dalla semplice esperienza fisica psicologica, che cerca qualcosa di molto più grande e di molto superiore a tutto questo, farà esperienza della propria stessa proiezione e quindi sarà ancora meccanicistica, materialistica; sarà ancora il prodotto del pensiero. Quando voi non desiderate nessuna esperienza, quando avete capito l'intero significato del desiderio – che come abbiamo detto molte volte è sensazione, più pensiero e la sua immagine – allora non esistono ne distorsioni ne

illusioni. Soltanto quando l'intera struttura della coscienza è libera, soltanto allora la mente sarà capace di guardare a se stessa senza distorsione, senza sforzo? La distorsione ha luogo quando c'è sforzo. Giusto?

Lo sforzo implica il me e qualcosa che io voglio realizzare, la separazione tra me e quella cosa. La separazione porta invariabilmente il conflitto. La meditazione avviene soltanto quando il conflitto cessa definitivamente. Quindi, quando ci sono sforzo, pratica e controllo ogni forma di meditazione non ha senso.

Ve ne prego, non accettate quello che sto dicendo. Stiamo indagando insieme e quindi è importante che voi non accettiate quello che viene detto; è importante che lo analizziate personalmente.

Quindi dobbiamo approfondire la questione del controllo.

Fin dall'infanzia noi venivamo educati al controllo: tutto il processo del controllo dei sentimenti. Nel controllo c'è chi controlla e la cosa controllata, dove chi controlla pensa di essere diverso da ciò che desidera controllare. In questo modo egli si è già spaccato, e da qui nasce sempre il conflitto. Ciò significa che un frammento del pensiero dice a se stesso: "Devo control lare altri frammenti del pensiero"; ma il pensiero che dice questo fa esso stesso parte del pensiero. Chi controlla è la cosa controllata, chi fa esperienza è la cosa di cui fa esperienza, non si tratta di due diverse entità o di due diversi movimenti. Chi pensa è il pensiero; se non c'è pensiero non esiste chi pensa. Si tratta di una cosa molto importante perché quando la si comprende completamente, profondamente, non a parole , non in teoria ma nella realtà, in quel momento il conflitto cessa. Quando la si riconosce profondamente come la verità, come una legge, allora ogni sforzo ha termine; e la meditazione può nascere soltanto quando non esiste sforzo di alcun genere.

Per scoprire se la vita abbia un senso è necessario meditare.

La meditazione pone le basi anche del retto comportamento: retto nel senso di accurato, non nel senso di un ideale, di un modello, di una formula, ma un'azione che ha luogo quando c'è osservazione completa di quanto accade in noi stessi. E attraverso la meditazione noi dobbiamo stabilire il retto rapporto tra gli esseri umani, vale a dire un rapporto senza conflitto .

Il conflitto esiste quando c'è separazione tra due immagini, e ne abbiamo parlato a lungo; l'immagine che voi avete di un altro e quella che un altro ha di voi. Nella meditazione non deve esistere neanche l'ombra della paura psicologica; deve quindi avere fine il dolore, deve esserci quello di cui abbiamo parlato altre volte: compassione e amore.

Questa è la base, il fondamento della meditazione. Senza di ciò, voi potete sedere a gambe incrociate sotto un albero per il resto dei vostri giorni, respirare correttamente – conoscete bene tutti i trucchi a cui si ricorre – ma niente di tutto questo servirà.

Perciò, quando avrete realmente, profondamente instaurato un certo stile di vita – che non è un punto di arrivo, ma soltanto l'inizio – allora potremo procedere per scoprire se la mente – che è la totalità, il cervello, l'intera coscienza – è quieta, non subisce alcuna distorsione.

Soltanto quando la mente è quieta, immobile, il vostro ascolto sarà corretto. Esistono diversi tipi di silenzio: il silenzio tra due rumori, il silenzio tra due pensieri, il silenzio dopo una lunga battaglia con se stessi, il silenzio tra due guerre, che voi chiamate pace. Tutti questi tipi di silenzio sono il frutto del rumore. Questo non è silenzio. C'è un silenzio che non viene creato ne coltivato, cosicché a

osservare quel silenzio non c'è un me; c'è soltanto silenzio, quiete.

Abbiamo incominciato con la domanda: la vita ha un senso? In quel silenzio, questa domanda voi non la ponete, veramente; abbiamo preparato il campo della mente che è capace di scoprire. E tuttavia dobbiamo trovare una risposta. Dove la troveremo, e chi risponderà? Sarò io, un essere umano, a rispondere? Oppure la risposta sta proprio in quel silenzio ?

Voglio dire che quando non esiste distorsione causata dal movente, dallo sforzo, dal desiderio di fare esperienza, dalla separazione tra colui che osserva e la cosa osservata, tra chi pensa e il pensiero, non c'è spreco di energie. Ora, in quel silenzio c'è quell'energia superiore, e per poter

vedere al di là delle parole deve esserci quell'energia, quella vitalità, quella forza. Perché la parola non è la cosa, e la descrizione non è la cosa descritta. Andare sulla luna, creare uno strumento fatto di milioni di componenti richiede un'energia immensa e la cooperazione di trecentomila persone per costruirlo. Ma si tratta di un'energia completamente diversa da quella di cui stiamo parlando.

Vedete, io sono molto serio su questo punto.

Ne ho parlato per oltre cinquant'anni: poiché la mente della maggior parte di noi è prigioniera in solchi più o meno profondi, noi dobbiamo continuamente vigilare per vedere che il cervello non crei un solco dove si sente sicuro e indugia; infatti, se si rimane in un solco, per quanto bello, per quanto piacevole, per quanto confortante, la mente manterrà un funzionamento meccanico, ripetitivo e perderà la sua profondità, la sua bellezza. Perciò chiedo: il silenzio è meccanicistico? È un prodotto del pensiero che dice: "Deve esserci qualche altra cosa oltre me, e per scoprirlo devo

rimanere in silenzio, devo controllarmi, devo soggiogare ogni cosa per scoprirlo?".

Questo è ancora un movimento del pensiero, giusto? Perciò noi dobbiamo capire la differenza tra concentrazione, consapevolezza e attenzione.

La concentrazione implica volgere l'energia in una direzione particolare, a esclusione di tutte le altre, costruendo una barriera contro qualsiasi altra cosa, opponendo resistenza. La consapevolezza è relativamente semplice, se non la rendete complicata. Significa essere consapevoli di tutto quanto vi circonda, semplicemente osservare.

Allora c'è attenzione . L'attenzione implica l'assenza di un centro dal quale voi prestate attenzione. Il centro è il me e se la consapevolezza parte da quel centro, allora l'attenzione è limitata. Il centro esiste quando esiste la scelta, e dove c'è scelta c'è sempre il me, la mia esperienza, la mia conoscenza, l'io separato dal tu.

Ora, ciò di cui stiamo parlando è l'attenzione dove non esiste alcun centro. Se voi state attenti in questo modo ora, mentre siete seduti qui, vedrete che la vostra attenzione è vasta, che non esistono confini, e che tutta la vostra mente – tutto – è completamente attenta, non fa scelte, e quindi non esiste un centro, non esiste un me che dice: "Io sono attento". In quell'attenzione c'è silenzio, un silenzio dove è contenuta l'energia che non viene più sprecata. Solo una mente di questo genere può trovare la risposta, può scoprire – purtroppo se lo descrivo diventerà irreale – qualcosa che è al di là di tutto questo travaglio, di tutta questa infelicità. Se a questo voi dedicherete la vostra energia, il vostro tempo, la vostra capacità, non condurrete più una vita vuota e priva di senso.

E tutto ciò è meditazione, dal principio alla fine.

Da: http://www.riflessioni.it/forum/attachment.php3?s=31778a7276d5f33de51d6bc24088ba2e&postid=37160

Che cosa significa rapporto?

Dal Bulletin 56, 1989 – Saanen, Svizzera, agosto 1981.

L'amore per gli alberi è, o dovrebbe essere, parte della nostra natura, come respirare. Gli alberi fanno parte della terra come noi, pieni di bellezza, con quel loro strano distacco. Così immobili, pieni di foglie, ricchi e luminosi, proiettano le loro lunghe ombre e la loro gioia selvaggia quando soffia la bufera. Tutte le foglie, anche quelle sul ramo più alto, danzano al minimo soffio di brezza, e l'ombra è accogliente, quando il sole batte forte. Seduti con la schiena contro il tronco, se rimanete in silenzio, stabilite un rapporto durevole con la natura. I più hanno perso questo rapporto; quando passano in automobile o risalgono queste colline chiacchierando, vedono tutte queste montagne, queste valli, i corsi d'acqua e le migliaia di alberi, ma sono troppo assorbiti nei loro problemi per guardarsi intorno e rimanere in silenzio. Un pennacchio di fumo si alza lungo la valle, e sotto passa un autocarro, carico di tronchi appena recisi, non ancora scortecciati. Un gruppo di ragazzi e di ragazze passa chiacchierando, facendo fremere l'immobilità del bosco.

La morte di un albero, nel momento finale, a differenza di quella dell'uomo, è bella. Un albero morto nel deserto, senza più corteccia, ripulito dal sole e dal vento, con tutti i rami nudi spalancati al cielo, è una visione meravigliosa. Una grande sequoia, vecchia di molte centinaia di anni,

viene abbattuta in pochi minuti per fare recinzioni e sedili, per costruire case o per arricchire la terra in un giardino. Quel meraviglioso gigante è morto. L'uomo avanza nel cuore delle foreste, distruggendole per creare pascoli e costruire case. Le regioni vergini stanno scomparendo. C'è una valle, circondata da colline che forse sono le più antiche della terra, dove i ghepardi, gli orsi e il daino, che un tempo era possibile vedere, ora sono completamente scomparsi, perché l'uomo è arrivato dappertutto. La bellezza della terra viene lentamente distrutta e inquinata. Macchine e costruzioni a più piani stanno facendo la loro comparsa nei luoghi più inaspettati. Quando perdete il rapporto con la natura e con i cieli immensi, perdete ogni rapporto con l'uomo.

Arrivò insieme alla moglie e parlò quasi sempre lui. Lei era piuttosto timida, e aveva l'aria intelligente. Lui era piuttosto arrogante, e aveva l'aria aggressiva. Disse di essere stato presente a qualcuno dei miei discorsi dopo aver letto uno o due libri e aver assistito a qualche dialogo. " In realtà, siamo venuti a parlare con lei personalmente del nostro problema più grosso, e spero di non averla disturbata. Abbiamo due figli, un maschio e una femmina che vanno a scuola, fortunatamente per loro. Non vogliamo infliggergli le tensioni che ci sono tra noi, anche se prima o poi le avvertiranno. Mia moglie e io siamo molto innamorati; non userei la parola amore, perché ho capito che cosa lei intende con questo termine. Ci siamo sposati abbastanza giovani; abbiamo una bella casa e un piccolo giardino. Il denaro non rappresenta per noi un problema. Lei sta bene di suo, e io lavoro, anche se mio padre mi ha lasciato qualcosa. Non siamo venuti da lei come da un consulente matrimoniale, ma vogliamo discutere con lei, se ce lo consente, il nostro rapporto. Mia moglie è piuttosto riservata, ma io sono sicuro che fra poco parteciperà anche

lei alla discussione. Eravamo d'accordo che avrei incominciato io.

Abbiamo grossi problemi di rapporto. Ne abbiamo parlato spesso, ma non ne è venuto fuori niente. Dopo questa premessa, la domanda che vorrei farle è la seguente: che cosa c'è di sbagliato nel nostro rapporto, e che cos'è il rapporto giusto?".

Che rapporto avete con queste nuvole, piene della luce della sera, o con questi alberi silenziosi? Non è una domanda a sproposito. Vedete quei ragazzi che giocano là, in quel campo, quella vecchia auto? Quando vedete tutto questo, vi chiedo, qual è la vostra reazione? "Non lo so con esattezza. Mi piace vedere i bambini che giocano. E anche a mia moglie piace. Per quelle nuvole o quell'albero non ho sentimenti speciali. Non ci ho pensato; probabilmente non li ho neanche mai guardati".

La moglie disse: "Io sì. Per me hanno un significato, ma non riesco a dirlo a parole. I bambini là fuori potrebbero essere i miei figli. Dopo tutto, sono una madre". Signore, guardi quelle nuvole e quell'albero, come se li vedesse per la

prima volta. Li guardi senza che il pensiero interferisca o divaghi. Li guardi senza definirli 'nuvole' o 'albero'. Li guardi semplicemente con il cuore e con gli occhi. Appartengono alla terra come noi, come quei bambini, e come quella vecchia auto. Dar loro un nome fa parte del pensiero.

"Guardarli senza ricorrere alle parole sembra quasi impossibile. La forma è la parola". Quindi le parole svolgono un ruolo molto importante nella nostra vita. Sembra che la nostra vita sia un intreccio di parole complicate, legate tra loro.

Le parole esercitano una grossa influenza su di noi: parole come dio, democrazia, libertà, totalitarismo. Evocano tutte immagini familiari. Le parole moglie e marito fanno parte delle nostre espressioni quotidiane.

Ma la parola moglie non è in realtà la persona in carne e ossa, con le sue complessità e i suoi problemi. Quindi la parola non è mai la realtà. Quando la parola assume un'importanza totalizzante, la vita, la realtà , viene trascurata.

"Ma non posso sfuggire alla parola e all'immagine che essa evoca". Non possiamo separare la parola e l'immagine. La parola è l'immagine. Osservare senza parola/immagine, questo è il problema.

"Ma è impossibile!". Se permette, lei non ha cercato di farlo seriamente. La parola impossibile blocca in lei la possibilità di farlo. Non dica, la prego, che è possibile o impossibile, ma lo faccia semplicemente.

Torniamo un attimo alla sua domanda: che cos'è il rapporto giusto?

Quando noi avremo capito che cos'è il rapporto, sono sicuro che lei scoprirà da solo che cosa è giusto. Che cosa significa per lei il rapporto? "Mi faccia pensare. Significa tantissime cose, a seconda delle circostanze. Un giorno è una certa reazione, il giorno dopo ha una portata completamente diversa. È responsabilità, noia, irritazione, reazioni sensuali e il bisogno di fuggire da tutto questo".

Questo è quello che lei chiama rapporto. Si tratta di livelli diversi di reazioni sensoriali, di sentimenti – di romanticismo, se si è portati a quello – di tenerezza, attaccamento, solitudine, paura e così via (apprensione, più che paura reale). Questo è quanto viene definito rapporto con una persona o con l'altra. Lei è in rapporto anche con i

suoi ideali, le sue speranze, le sue esperienze, le sue decisioni.

Tutto questo è lei e il suo rapporto con un altro; e l'altro è simile a lei, anche se da un punto di vista biologico, culturale e fisico può essere diverso. Ciò non indica forse che lei si muove sempre all'interno dell'egocentrismo e che l'altra persona agisce in maniera simile? Due vite parallele che non si incontrano mai?

"Incomincio a capire che cosa lei intende, ma la prego, continui".

Diventa chiaro che non esiste un rapporto reale. Fondamentalmente ci preoccupiamo di noi stessi, del nostro piacere, cedendo all'altro per ottenere a nostra volta soddisfazione, e così via all'infinito. Diciamola in un altro modo.

Perché gli esseri umani sono così centrati su se stessi, o egoisti nei più riposti recessi del loro essere? Perché? Gli animali selvatici non sembrano tanto egocentrici quanto lo sono gli esseri umani.

Se noi dobbiamo scoprire in prima persona qual è il rapporto giusto, dobbiamo approfondire questo interrogativo. È necessario sperimentare la percezione senza movente. La maggior parte di noi trova difficile osservare senza un qualche tipo di movente. Riusciamo a esaminare insieme, con obbiettività, quel che realmente accade in un rapporto fra due persone, si tratti di un rapporto intimo o no? Quasi tutte le reazioni, specialmente quelle dolorose o piacevoli, vengono registrate nel cervello, nella coscienza o a un livello più profondo. Questa registrazione, che inizia nel momento in cui nasciamo e continua fino alla morte, costruisce lentamente un'immagine o un quadro che ognuno ha di sé. Quando ci

sposiamo o viviamo con un altro per un mese o per anni , ciascuno dei due si forma un'immagine dell'altro. Le ferite, le irritazioni, le parole dure, quelle dolci, e così via, le reazioni sensuali, le osservazioni intellettuali, il cameratismo e la tenerezza, la fantasia di realizzazione -e le associazioni culturali: tutto questo forma le diverse immagini che si riattivano

nelle diverse circostanze. A parte i rapporti fisici reali, queste immagini distorcono o ostacolano un rapporto d'amore profondo, la compassione con la capacità di comprensione profonda che essa implica.

"E allora in che modo è possibile impedire la formazione di queste immagini?". Non le pare di porre una domanda sbagliata? Chi è che impedisce?

Non le sembra che a porre la domanda siano ancora una volta un'immagine o un'idea? Non sta forse ancora lavorando di fantasia, passando da un'immagine all'altra? Questo tipo di indagine non porta da nessuna parte. Quando una persona è colpita o ferita psicologicamente – il che accade fin dall'infanzia – le conseguenze di quella ferita sono ovvie: la paura di subire altre ferite, un ritrarsi costruendosi tutt'intorno una barriera, un ulteriore schermo isolante e così via, un processo che alimenta la nevrosi. Se e quando si ha consapevolezza di queste ferite, di questi conflitti, e li si osserva, allora istintivamente viene fatto di chiedersi in che modo sia possibile evitare di venire feriti.

L'immagine ultima è l’io , il sé con la lettera maiuscola e minuscola. Quando si arriva a cogliere il pieno significato del perché il cervello, il pensiero, formi queste immagini, la verità del perché queste immagini esistano, questa percezione stessa dissolve ogni processo di formazione delle immagini. Questa è la libertà ultima.

"Per quale ragione il cervello – o il pensiero, come dice lei – forma delle immagini?".

Forse per sentirsi protetto? Per essere al sicuro contro il pericolo? Per avere certezze, per evitare la confusione? Anche la più piccola parte del cervello per funzionare bene, in maniera efficiente, deve avere delle certezze, deve sentirsi al sicuro. Se poi quelle certezze e quella sicurezza sono un'illusione o un'invenzione del pensiero, come lo sono la fede o la credenza, in realtà non ha alcuna importanza, purché quell'area agitata del cervello si senta al sicuro, tranquilla, senza incertezze.

Noi moriamo in questa illusione. Accompagnato dalle immagini, come ad esempio il nazionalismo, e le immagini che si trovano in tutti i templi del mondo, l'uomo vive e porta avanti il conflitto, il piacere, il dolore.

Queste immagini vengono fabbricate a non finire.

Ma solo quando noi percepiamo che esse ostacolano e gettano un'ombra sul rapporto reale e rotondo tra noi e gli altri, tra noi e quella nuvola, tra quell'albero e quei bambini, allora soltanto può tesserci amore.

Da: http://www.riflessioni.it/testi/rapporto.htm

Tre poesie di Jiddu Krishnamurti

Non amare il florido ramo

Non amare il florido ramo,
non mettere nel tuo cuore
la sua immagine sola;
essa avvizzisce.
Ama l'albero intero,
così amerai il florido ramo,
la foglia tenera e la foglia morta,
il timido bocciolo ed il fiore aperto,
il petalo caduto e la cima ondeggiante,
lo splendido riflesso dell'Amore pieno.
Ama la vita nella sua pienezza,
essa non conosce decadimento.
Fermati, amico
Fermati, amico:
del celato profumo della vita
ti voglio dire.

La vita non ha filosofie,
né sottili sistemi di pensiero.
La vita non ha religioni,
né adorazione in santuari profondi.
La vita non ha dèi,
né fardello di misteri paurosi.
La vita non ha dimora,
né lo strazio del decadimento estremo.
La vita non ha piacere, né sofferenza,
né la corruzione dell’amore bramoso.
La vita non ha né bene né male.
Né la punizione oscura del peccato impudente.
La vita non dà agio,
non posa nel cerchio dell’oblio.
La vita non è spirito o materia,
non è la divisione crudele
fra azione e inazione.
La vita non ha morte,
non ha il vuoto della solitudine
nell’ombra del tempio.
Libero è l’uomo
che vive nell’eterno,
poiché la vita è.
Il dubbio è un prezioso unguento
Il dubbio è un prezioso unguento;

benché bruci,
esso guarisce.
Io ti dico, invita il dubbio
quando il desiderio t’incalza,
invoca il dubbio
quando la tua ambizione
sorpassa gli altri in pensiero;
risveglia il dubbio
quando il tuo cuore esulta
di un grande amore.
Io ti dico:
il dubbio crea l’amore eterno,
il dubbio purifica lo spirito
dalla sua corruzione.
Così la forza dei tuoi giorni
sarà fatta di comprensione.
Per la piena vita del cuore,
per il volo dello spirito,
lascia che il dubbio
laceri i tuoi legami.
Come i freschi venti montani
destano le ombre nella valle,
lascia che il dubbio
inviti alla danza
il languido amore di una mente soddisfatta.

Non lasciare che il dubbio

si insinui oscuramente nel tuo cuore.

Io ti dico:

il dubbio è prezioso unguento;

benché bruci, pure guarisce.

Da: http://guide.supereva.com/filosofie_orientali/interventi/2005/09/225600.shtml

e http://www.pangea-locarno.ch/2005_krishnamurti.htm

Risposta di Jiddu Krishnamurti alla domanda: "Perché lei parla?"

Conversazione ad Ojai (California) del 23 luglio 1949.

Domanda: *Perché lei parla?*

Risposta: Credo che sia una domanda molto interessante a cui rispondere sia da parte mia che da parte vostra. Non si tratta infatti solo del perché io parlo, ma anche del perché voi venite ad ascoltarmi. Se io parlassi per esprimere me stesso vi sfrutterei. Se il parlare fosse per me una necessità per sentirmi lusingato, potente e tutto il resto allora dovrei servirmi di voi; allora non ci sarebbe alcuna convivenza, infatti sarebbe una necessità per il mio egoismo. In questo caso io avrei bisogno di voi per sentirmi esaltato, arricchito, libero, applaudito avendo così tanta gente che mi ascolta. Mi servirei dunque di voi; ci sarebbe mutuo utilizzo. Non ci sarebbe convivenza tra voi ed io, perché voi mi sareste di qualche utilità. Quando mi avvalgo di voi, che convivenza c'è tra di noi? Nessuna. E se parlo perché ho una serie di idee che desidero trasmettervi, allora le idee acquisiscono una tremenda importanza; e io non credo che le idee possano mai produrre un cambiamento radicale, una vera rivoluzione nella vita. Le idee non sono mai nuove; non possono produrre una trasformazione, un'ondata creativa, perché le idee sono

solo risposte – modificate o alterate – di un passato che continua; e continuano ad essere del passato. Se io parlassi perché voglio che cambiate, o perché desidero che accettiate il mio modo di pensare o che apparteniate ad una mia società, che vi convertiate in miei discepoli, allora come individui sareste inesistenti, perché in tal caso mi interesserebbe unicamente trasformarvi secondo una idea determinata. Allora voi non sareste importanti, ma lo sarebbe questo ideale.

Perché allora sto parlando? Se non è per questi motivi, perché parlo? Risponderemo a questo subito. La domanda è allora: perché venite ad ascoltarmi? Non è ugualmente importante il perché ascoltate? Forse lo è di più.

Se ascoltate per acquisire nuove idee o un modo nuovo di affrontare la vita resterete delusi perché io non vi darò nuove idee. Se ascoltate per sperimentare qualcosa che credete io abbia già sperimentato non fareste che imitare sperando di catturare quel qualcosa che secondo voi io ho. Sicuramente le cose reali della vita non possono sperimentarsi per interposta persona. Oppure per il fatto di trovarvi in difficoltà, di soffrire o di avere innumerevoli conflitti venite ad ascoltarmi per cercare come liberarvi da questi. Anche in questo caso non posso aiutarvi. Tutto quello che posso fare è segnalarvi la vostra difficoltà e allora possiamo parlarne, ma sta a voi vederla. E’ perciò molto importante che scopriate da soli perché venite ad ascoltarmi. Perché se avete un proposito, un’intenzione ed io un’altra, non ci capiremo mai. Non c’è convivenza tra di noi. Voi volete andare al nord ed io al sud. Ci ignoreremo a vicenda. Non è certo questo lo scopo di queste riunioni.

Quello che si cerca di fare in queste riunioni è intraprendere un viaggio insieme, convivere mentre proseguiamo insieme; non che io insegni e che voi ascoltiate, ma che insieme esploriamo se è possibile. Così

sarete non solo discepoli, ma anche maestri, scoprendo e comprendendo. Allora non esiste la divisione tra superiore ed inferiore, tra la persona colta e l'ignorante, tra chi è realizzato e chi sta per realizzarsi. Queste divisioni falsano e contaminano la vita di relazione; e se non si comprende la convivenza non può comprendersi la realtà.

Vi ho detto perché io parlo. Forse penserete che ho bisogno di voi per poter esplorare. Non è così. Io ho qualcosa da dire; voi potete accettarlo o rifiutarlo. E se lo accettate, non lo accettate da me. Io agisco semplicemente come uno specchio nel quale potete riflettervi. Può darsi che non vi piaccia lo specchio e per questo lo rifiutate; però riflettendovi nello specchio, guardatevi semplicemente senza emozione, senza che lo appanni il sentimentalismo.

Risulta importante senza dubbio scoprire perché venite ad ascoltarmi, non è così? Se è per passare un pomeriggio o una serata, se venite qui invece di andare al cinema, allora non ha alcun significato. Se è solo con l'obiettivo di discutere, di apprendere nuove idee che potrete utilizzare quando parlate in pubblico o per scrivere un libro o per discutere, ugualmente non ha valore.

Però se davvero venite a scoprirvi nella vita di relazione – e questo potrebbe aiutarvi nella relazione – allora ha un significato, vale la pena; non sarà come una delle tante riunioni a cui partecipate.

Queste riunioni non hanno per scopo che voi mi ascoltiate, ma quello di riflettervi nello specchio che io descrivo. Non dovete accettare quello che vedete; sarebbe stupido. Tuttavia se guardate lo specchio come se ascoltaste una musica, come se vi sedeste sotto un albero ad osservare le ombre della sera, senza giudicare, condannare o giustificare – osservare e niente di più – questa percezione passiva avrà un effetto straordinario, sempre che non ci sia resistenza. Questo senza dubbio, è ciò che facciamo in

queste riunioni. E’ così che arriva la verità, non attraverso lo sforzo; questo non potrà mai portare la libertà. Lo sforzo può solo portare alla sublimazione, alla sostituzione, alla soppressione; e ciò non è libertà. La libertà arriva solo quando non c’è lo sforzo per essere qualcuno. Allora la verità, “ ciò che è” agisce; e questo è liberazione.

Da: http://www.pangea-locarno.ch/2005_krishnamurti.htm

La semplicità

Tratto da "La ricerca della felicità"

Vorrei prendere in esame che cos'è la semplicità e, partendo da lì, arrivare magari alla scoperta della sensibilità. Noi sembriamo credere che la semplicità sia un'espressione puramente esteriore, una rinuncia: possedere

pochi beni, indossare un perizoma, non avere casa, non fare sfoggio di abiti, avere un piccolo conto in banca. Certamente, questa non è la semplicità, ma soltanto una messinscena esteriore. A me pare che la semplicità sia qualcosa

di essenziale, che però si realizza soltanto quando cominciamo a comprendere il significato dell'autoconoscenza.

La semplicità non è il mero adeguamento a uno schema. E' necessaria una notevole intelligenza per essere semplici, e non soltanto conformarsi a un determinato modello, per quanto possa sembrare degno. Purtroppo la maggior parte di noi inizia con l'essere semplice esternamente, nelle cose visibili.

E' relativamente facile possedere poche cose ed esserne soddisfatti; accontentarsi di poco e, magari, dividere quel poco con altri. Ma, una semplice manifestazione esteriore di semplicità nelle cose, in ciò che si possiede,

non implica certo la semplicità dell'essere interiore. Per come va il mondo oggigiorno, infatti, siamo indotti dall'esterno ad appropriarci di un numero sempre crescente di cose. La vita diventa sempre più complessa. Allo scopo di sfuggire a tutto ciò, cerchiamo di rinunciare alle cose, di distaccarcene – dalle automobili, dalle case, dalle organizzazioni, dai film, e dalle

innumerevoli circostanze che dall'esterno ci vengono imposte. Pensiamo che basti ritirarsi dal mondo per essere semplici. Molti grandi santi, molti grandi maestri hanno rinunciato al mondo; ma, mi sembra che una simile rinuncia da parte nostra non risolva il problema. La semplicità, che è essenziale e reale, può nascere solo interiormente; e, a partire da lì, può poi dare luogo a una manifestazione esterna. Il problema è, dunque, come essere semplici, perché la semplicità acuisce la sensibilità. E' fondamentale avere una mente sensibile, un cuore sensibile, che siano capaci di una percezione e

ricezione rapida.

E certo si può essere semplici interiormente solo se si comprendono gli innumerevoli impedimenti, legami, paure, che ci imprigionano. Ma alla maggior parte di noi piace essere prigionieri – delle persone, degli oggetti, delle

idee. Dentro di noi siamo prigionieri, anche se esteriormente sembriamo molto semplici. Internamente siamo prigionieri dei nostri desideri, bisogni, ideali, di innumerevoli motivazioni. E' impossibile trovare la semplicità se

non si è liberi dentro. E' per questo che bisogna cominciare la ricerca internamente, non esternamente.

La comprensione totale del processo della credenza, dei motivi che spingono la mente ad aggrapparsi a una credenza, è straordinariamente liberatoria.

Quando c'è libertà dalle credenze, c'è semplicità. Ma, questa semplicità richiede intelligenza, e per essere intelligenti bisogna essere consapevoli dei propri impedimenti. Per essere consapevoli, bisogna essere costantemente vigili,

non radicarsi in una particolare routine, in un particolare schema di pensiero o di azione. Dopo tutto, ciò che si è internamente influenza il mondo esterno.

La società (o qualunque forma di azione) è la proiezione di noi stessi, e senza trasformazione interiore, le sole leggi incidono assai poco sul mondo esterno; possono produrre certe riforme, certi adeguamenti, ma ciò che si è

internamente finisce sempre per prevalere sull'esterno. Se internamente si è avidi e ambiziosi, se si perseguono certi ideali, alla fine la complessità interiore turberà e sconvolgerà la società esterna, per quanto questa possa

essere attentamente pianificata.

Ecco, perché bisogna cominciare dall'interno – ma non in maniera esclusiva, non rifiutando il mondo esterno. Si arriva all'interno comprendendo l'esterno, scoprendo la sofferenza, la lotta, il dolore che esistono nel mondo; e più si indaga, più, naturalmente, ci si avvicina agli stati psicologici che producono i conflitti e le sofferenze esteriori. L'espressione esterna è

soltanto un'indicazione del nostro stato interiore, ma per comprendere tale stato interiore bisogna accostarsi ad esso attraverso il mondo esterno. La maggior parte di noi fa così. Nel comprendere l'interiorità – non esclusivamente,

non rifiutando la realtà esterna, ma comprendendola e attraverso essa giungendo all'interiorità – scopriremo che, mentre procediamo nell'esplorazione delle complessità del nostro essere, diventiamo sempre più sensibili e liberi. E'

questa semplicità interiore che è così essenziale, poiché genera sensibilità.

Una mente che non sia sensibile, né vigile o consapevole, è priva di recettività e incapace di qualunque azione creativa. Il conformismo, come mezzo per conquistare la semplicità, di fatto ottunde la mente e il cuore, li rende insensibili. Qualunque forma di coazione autoritaria, imposta dallo Stato, da se stessi, dall'ideale del conseguimento di un fine, e così via, qualunque forma di conformismo, sfociano inevitabilmente nell'insensibilità, nella mancanza di semplicità interiore. All'esterno ci si può conformare, dando un'impressione di semplicità, come fanno tante persone religiose, che

praticano varie forme di disciplina, partecipano a questa o quella organizzazione, meditano in un certo modo, e così via – tutti costoro danno un'impressione esterna di semplicità, ma un tale conformismo non ha come esito la semplicità. Qualunque tipo di coazione non potrà mai condurre alla semplicità. Al contrario, quanto più ci si reprime, quanto più si

sostituisce e si sublima, tanto meno si è semplici; e viceversa, quanto più si comprende il processo di sublimazione, repressione, sostituzione, tanto maggiori sono le possibilità di essere semplici.

I nostri problemi – sociali, ambientali, politici, religiosi – sono talmente complessi che li possiamo risolvere soltanto essendo semplici, non diventando straordinariamente eruditi e intellettualmente sofisticati. Una persona semplice vede le cose in maniera molto più diretta, ha un'esperienza più immediata delle persone complesse. Le nostre menti sono talmente ingombre della conoscenza di un'infinità di dati, di ciò che altri hanno detto, che siamo divenuti incapaci di essere semplici e di avere noi stessi esperienze dirette. Questi problemi richiedono una nuova

impostazione; ma questa è possibile solo se internamente siamo davvero semplici. Quella semplicità scaturisce dall'autoconoscenza, ossia dalla comprensione di noi stessi, delle modalità del nostro pensare e sentire, dei movimenti dei nostri pensieri, delle nostre reazioni, di come ci conformiamo per paura all'opinione pubblica, a ciò che altri dicono, a ciò che il Buddha, Cristo, i grandi santi hanno detto – tutto questo indica la nostra propensione naturale ad adeguarci, a cercare la sicurezza. Quando si cerca la sicurezza, si è evidentemente in uno stato di paura e, di conseguenza, non c'è semplicità.

Se non si è semplici, non si può essere sensibili – agli alberi, agli uccelli, alle montagne, al vento, a tutte le cose che accadono intorno a noi nel mondo; se non si è semplici, non si può essere sensibili alle risonanze interne delle cose. La maggior parte di noi vive superficialmente, al livello più esteriore della coscienza; cerchiamo di essere riflessivi o intelligenti, il che è sinonimo dell'essere religiosi, oppure cerchiamo di rendere semplici le nostre menti, attraverso la coazione, la disciplina. Ma la semplicità non è questa.

Quando costringiamo il livello più superficiale della mente a essere semplice, tale coazione serve solo a irrigidire la mente, non la rende certo duttile, chiara, rapida. E' estremamente arduo essere semplici nel processo complessivo, globale, della nostra coscienza; non deve esserci, infatti, alcuna riserva interiore, bensì una determinazione a scoprire, a esplorare il processo dell'essere, il che significa essere pronti a recepire ogni implicazione, ogni cenno, essere consapevoli delle proprie paure e delle proprie speranze, esplorarle, ed esserne liberi, sempre più liberi. Solo allora, quando la mente e il cuore sono davvero semplici, non ricoperti di incrostazioni, possiamo risolvere i numerosi problemi che ci troviamo di fronte.

La conoscenza non risolverà i nostri problemi. Potreste sapere, ad esempio, che esiste la reincarnazione, che c'è continuità dopo la morte. Potreste saperlo, non dico che sia così; o potreste esserne convinti. Ma questo non

risolve il problema. La morte non può essere archiviata in base a una teoria, a un'informazione o a una convinzione. E' molto più misteriosa, molto più profonda, molto più creativa di così.

Bisogna avere la capacità di indagare su tutte queste cose con atteggiamento nuovo; solo attraverso l'esperienza diretta, infatti, i nostri problemi possono avere soluzione, e perché un'esperienza diretta sia possibile, ci deve essere semplicità, il che significa che ci deve essere sensibilità. La mente è offuscata dal peso della conoscenza, è offuscata dal passato, dal futuro.

Solo una mente che sia capace di adeguarsi al presente in continuazione, attimo per attimo, può essere all'altezza delle potenti influenze e pressioni a cui siamo costantemente sottoposti dall'ambiente che ci circonda.

Dunque, un uomo religioso non è quello che indossa una tonaca, o un perizoma, o che consuma un solo pasto al giorno, o che ha fatto innumerevoli voti di essere questo e non essere quello, bensì quello che è semplice interiormente, che non tende a diventare alcunché. Una mente simile è capace di una recettività straordinaria, perché in essa non ci sono barriere, né paure, né movimento verso qualcosa; è dunque capace di ricevere la grazia, Dio, la

verità, o quel che vi pare. Un mente che persegue la realtà, invece, non è una mente semplice. Una mente che cerca, si affanna, brancola in preda all'agitazione, non è una mente semplice.

Una mente che si conforma a un qualunque modello di autorità, interna o esterna, non può essere sensibile. E soltanto quando una mente è veramente sensibile, vigile, consapevole di tutte le proprie vicende, reazioni, pensieri, quando non tende più a diventare qualcosa, quando non plasma più se stessa per essere qualcosa, solo allora è capace di accogliere ciò che è la verità. Solo allora può esserci felicità, poiché la felicità non è un fine: è il risultato della realtà. Quando la mente e il cuore saranno divenuti semplici e dunque sensibili (ma non attraverso forme di coazione, di autorità o di imposizione), allora vedremo che i nostri problemi possono essere affrontati con molta semplicità. Per quanto complessi tali problemi

siano, saremo in grado di impostarli in maniera nuova e vederli in un'ottica differente. Ecco di cosa c'è bisogno oggi: di gente che sia capace di affrontare la confusione, l'agitazione, la conflittualità della realtà esterna in maniera nuova, creativa e semplice – non con teorie né con formule, di sinistra o di destra che siano. Ma non si può affrontare tutto ciò in maniera nuova se non si è semplici.

I problemi possono essere risolti soltanto se li si imposta in questo modo. Una nuova impostazione non è possibile se ragioniamo nei termini di precisi schemi di pensiero, religioso, politico o di altra natura. Dobbiamo liberarci di tutte queste cose per essere semplici. Ecco perché è così importante essere consapevoli, avere la capacità di comprendere il processo del proprio pensiero, avere una percezione totale di sé; da ciò scaturisce una semplicità, un'umiltà che non è virtù o esercizio. L'umiltà che si conquista attraverso uno sforzo cessa di essere umiltà. Una mente che si fa umile non è più una mente umile.

Solo quando si è umili, ma non di un'umiltà coltivata, solo allora si è in grado di affrontare i tanti problemi pressanti del

la vita, perché non ci si ritiene importanti, non si guarda alle cose attraverso il filtro delle proprie urgenze e del proprio senso di importanza; si considera invece il problema in sé e così si è in grado di risolverlo.

Da: http://it.groups.yahoo.com/group/lista_sadhana/

Il suicidio

Da: KRISHNAMURTI, L'uomo alla svolta, Ubaldini editore, Roma 1971 (trad. di Orietta Guaita Alliata e Anna Guaita), pp. 49-56. (Per gentile concessione della casa editrice Astrolabio-Ubaldini che si ringrazia sentitamente).

Interrogante: *Mi piacerebbe parlare del suicidio, non perche' nella mia vita ci siano delle crisi, neanche perche' abbia qualche motivo di pensare al suicidio, ma perche' il problema sorge necessariamente quando si ha davanti agli occhi la tragedia della vecchiaia: la tragedia della disgregazione fisica, il crollo del corpo, e lo scomparire di una vera vita nelle persone a cui cio' accade. C'e' qualche motivo per prolungare la vita quando si raggiunge questo stato, c'e' qualche motivo per prolungare quel che e' ormai un vestigio di vita? Non sarebbe piuttosto un atto di intelligenza riconoscere che a un certo punto l'utilita' della vita termina?*

Krishnamurti: Se e' l'intelligenza che vi spinge a morire, allora quella stessa intelligenza avrebbe dovuto impedirvi di fare invecchiare prematuramente il vostro corpo.

Interrogante: *Ma non arriva il momento in cui neanche l'intelligenza della mente puo' impedire al corpo di deteriorarsi?*

Krishnamurti: Dovremo analizzare il problema molto profondamente. Molte cose vi sono implicate, non e' cosi'? Il

deteriorarsi del corpo, dell'organismo, la senilita' della mente, la totale incapacita' che porta con se' resistenza. Abusiamo continuamente del nostro corpo per abitudine, il gusto del mangiare, la trascuratezza. Il piacere del mangiare e il godimento che se ne trae controllano e determinano l'attivita' dell'organismo. Quando succede questo, viene distrutta la naturale intelligenza del corpo. Nelle riviste si ammirano grandi varieta' di cibi, dai colori bellissimi, fatti per soddisfare il senso del gusto, non per dare benefici al corpo. Cosi' dalla gioventu' in poi indebolite e distruggete quello che doveva essere uno strumento di alta sensibilita', attivo, funzionante come una macchina perfetta. E questo per una parte, perche' poi c'e' la mente che per venti, trenta o ottanta anni ha vissuto continuamente lottando e resistendo. Essa conosce solamente contraddizioni e conflitti, sia emotivi che intellettuali. Tutte le forme di conflitto non solo sono delle distorsioni ma con se' portano la distruzione. Ecco dunque alcuni dei fattori intimi ed esterni del deterioramento: l'eterna attivita' egocentrica con i suoi processi isolatori.

Cero c'e' il logoramento naturale del corpo oltre a quello anormale. Il corpo perde le sue capacita' e i suoi ricordi, e gradualmente subentra la senilita'. Voi mi chiedete se a questo punto una persona potrebbe commettere il suicidio, ingoiare una pillola che la uccida? Chi fa la domanda: una persona anziana, oppure quelli che guardano la vecchiaia con dispiacere, disperazione e paura del proprio logoramento?

Interrogante: *Be', naturalmente dal mio punto di vista la domanda e' motivata dal dolore di vedere la vecchiaia di altre persone, dato che presumibilmente in me non e' ancora incominciata. Ma non c'e' anche un atto dell'intelligenza che, guardando avanti a un possibile sfacelo del corpo, si chiede se non sia inutile continuare a*

vivere quando l'organismo non e' piu' capace di vita intelligente?

Krishnamurti: I dottori permetteranno l'eutanasia? I dottori, o i governi permetteranno che il paziente si suicidi?

Interrogante: *Senz'altro questo e' un problema legale, sociologico, e in certe persone anche morale, ma non stavamo parlando di questo, non e' vero? Ci stavamo chiedendo se il singolo individuo ha il diritto di por fine alla sua vita, e non se la societa' glielo permetterebbe.*

Krishnamurti: State chiedendo se si ha il diritto di decidere della propria vita, non solamente quando si e' vecchi o si sia consapevoli dell'avvicinarsi della vecchiaia, ma se e' moralmente giusto commettere il suicidio in qualsiasi momento?

Interrogante: *Esiterei a parlare di moralita' a questo proposito, perche' la moralita' e' un fatto condizionato. Tentavo di porre la domanda a puro livello di intelligenza. Fortunatamente per il momento non devo affrontare il problema personalmente, cosi' posso analizzarlo, credo, in modo assolutamente spassionato; ma come semplice esercitazione dell'intelligenza umana, qual e' la risposta?*

Krishnamurti: State dicendo, un uomo intelligente puo' commettere il suicidio? E' cosi'?

Interrogante: *Oppure, il suicidio puo' essere l'azione di un uomo intelligente, in determinate circostanze?*

Krishnamurti: E' la stessa cosa. Dopo tutto si giunge al suicidio sia da una assoluta disperazione, causata da profonda frustrazione, sia da una paura insolubile, sia dalla consapevolezza della mancanza di significato di un certo tipo di vita.

Interrogante: *Vorrei interrompervi, per dire che e' generalmente cosi', ma io cerco di porre la domanda al di*

fuori da qualsiasi motivazione. Quando si giunge alla disperazione allora e' implicato un motivo terribile ed e' difficile separare l'emozione dall'intelligenza; io sto cercando di fermarmi allo stadio della pura intelligenza, senza emozione.

Krishnamurti: Ci state chiedendo se l'intelligenza permette qualsiasi forma di suicidio? No, naturalmente.

Interrogante: *Perche' no?*

Krishnamurti: In realta' bisogna capire la parola intelligenza. E' l'intelligenza che permette che il corpo si deteriori per l'abitudine, la debolezza, la soddisfazione del gusto, del piacere, e cosi' via? Questa e' intelligenza, azione dell'intelligenza?

Interrogante: *No; ma se si arriva a un punto della vita in cui s'e' fatto gia' uso poco intelligente del corpo senza che questo abbia ancora avuto effetto su di esso, non si puo' tornare indietro e rivivere la propria vita.*

Krishnamurti: Quindi, diventate consapevole della natura distruttiva del tipo di vita che conduciamo e smettete di vivere in quel modo immediatamente, e non in una data futura. L'atto immediato di fronte al pericolo e' un atto di giudizio, di intelligenza; e il rimandare, come la ricerca del piacere, indica mancanza di intelligenza.

Interrogante: *Si', capisco.*

Krishnamurti: Ma non capite anche qualcosa di fattuale e vero, che il processo isolatore del pensiero con la sua attivita' egocentrica e' una forma di suicidio? L'isolamento e' suicidio, sia esso l'isolamento di una nazione o di una organizzazione religiosa, o di una famiglia o di una comunita'. Siete gia' preso in quella trappola che in ultima analisi vi condurra' al suicidio.

Interrogante: *Parlate dell'individuo o del gruppo?*

Krishnamurti: Di entrambi. Siete imprigionato dall'esempio.

Interrogante: *Che cosa porta in ultima analisi al suicidio? Ma se non tutti si suicidano!*

Krishnamurti: Esattamente, ma il desiderio di fuggire c'e' sempre – di fuggire dai fatti che ci stanno davanti, da "cio' che e'"; questa fuga e' una forma di suicidio.

Interrogante: *Questo, credo, e' il punto essenziale di quel che cerco di chiedervi, perche' da quanto avete appena detto sembrerebbe che il suicidio sia una fuga. E naturalmente, per novantanove casi su cento lo e', ma non ci potrebbe essere -questa e' la mia domanda- non ci potrebbe essere un suicidio che non sia una forma di fuga, che non sia fuggire da quel che voi chiamate "cio' che e'", ma che al contrario sia una risposta dell'intelligenza a "cio' che e'"? Si puo' affermare che molte forme di nevrosi sono forme di suicidio; quel che cerco di chiedere e' se il suicidio puo' non essere una reazione nevrotica. E non potrebbe essere la reazione consistente nell'affrontare un fatto, la reazione dell'intelligenza umana che agisce in una condizione umana insostenibile?*

Krishnamurti: Quando usate la parola "intelligenza" e "condizione insostenibile" cadete in contraddizione. Le due cose sono in contraddizione.

Interrogante: *Avete detto che se si sta davanti a un precipizio, o a un serpente velenoso che sta per attaccarvi, l'intelligenza suggerisce una azione, che e' una azione di fuga.*

Krishnamurti: E' un atto di fuga o un atto di intelligenza?

Interrogante: *Non possono essere la stessa cosa talvolta? Se una macchina viene verso di me sulla strada e io la sfuggo...*

Krishnamurti: Questo e' un atto di intelligenza.

Interrogante: *Ma e' anche un atto di fuga dalla macchina.*

Krishnamurti: Ma quello e' l'atto di intelligenza.

Interrogante: *Esattamente. Quindi quando nella vita quel che ci sta davanti e' insostenibile e mortale non c'e' che un corollario?*

Krishnamurti: Allora ve ne allontanante, come vi allontanate dal precipizio: scostatevene.

Interrogante: *In quel caso lo scostarsi implica il suicidio.*

Krishnamurti: No, il suicidio e' un atto di stupidita'.

Interrogante: *Perche'?*

Krishnamurti: Ve lo sto spiegando.

Interrogante: *Volete dire che l'atto di suicidarsi e' assolutamente ed inevitabilmente una risposta nevrotica alla vita?*

Krishnamurti: Naturalmente. E' un atto di stupidita'; e' un atto che significa naturalmente che siete giunto a un punto tale di isolamento che non avete vie d'uscita.

Interrogante: *Ma allo scopo di questa discussione tento di supporre che non vi sono vie d'uscita da una situazione difficile, che non si agisca per sfuggire alla sofferenza, che non ci si scosti dalla realta'.*

Krishnamurti: Nella vita ci sono delle occasioni, dei rapporti, delle situazioni da cui non si puo' sfuggire?

Interrogante: *Si', naturalmente, ce ne sono molte.*

Krishnamurti: Molte? Ma perche' insistete a dire che il suicidio e' l'unica via d'uscita?

Interrogante: *Se si e' mortalmente ammalati non vi e' alcuna speranza di fuga.*

Krishnamurti: State attento adesso, state attento a quello che stiamo dicendo. "Se io avessi un cancro, che mi stesse uccidendo, e il dottore dicesse: "Bene, caro amico, ve lo dovete tenere", cosa dovrei fare: suicidarmi?

Interrogante: *Forse.*

Krishnamurti: Stiamo discutendo a livello teoretico. Se proprio io avessi un cancro mortale, allora dovrei decidere, dovrei considerare il da farsi. Non sarebbe una questione a livello teoretico. In quella situazione dovrei trovare la cosa piu' intelligente da fare.

Interrogante: *Volete dire che non dovrei porre questa domanda a livello teoretico, ma solamente se mi trovassi realmente in quella situazione?*

Krishnamurti: Proprio cosi'. Allora vi comportereste secondo il vostro condizionamento, la vostra intelligenza, il vostro modo di vivere. Se la vostra vita si e' basata sulla fuga e l'evasione, su un sistema nevrotico, allora naturalmente assumereste un atteggiamento e un comportamento nevrotico. Ma se avete condotto una vita veramente intelligente, nell'assoluto significato della parola, allora quell'intelligenza agirebbe quando ci fosse un cancro mortale. Allora potrei rassegnarmi, potrei voler vivere i pochi mesi o anni che mi restassero.

Interrogante: *Ma potreste anche non farlo.*

Krishnamurti: Potrei anche non farlo; ma non diciamo che il suicidio e' inevitabile.

Interrogante: *Non l'ho mai detto; chiedevo se in alcune circostanze difficili, come un cancro mortale, il suicidio potesse essere una risposta intelligente alla situazione.*

Krishnamurti: Vedete, c'e' qualcosa di straordinario in questo fatto; la vita vi ha dato grande felicita', straordinaria bellezza, grandi benefici, e voi avete accettato tutto cio'. Ed avete egualmente accettato l'infelicita', e questo fa parte dell'intelligenza: ora avete un cancro mortale e dite: "Non posso piu' sopportarlo, devo mettere fine alla mia vita". Perche' non vi muovete con lui, vivete con lui, cercate di scoprire qualcosa su di lui mentre continuate a vivere?

Interrogante: *In altre parole non esiste una risposta alla domanda finche' non ci si trovi nella situazione adatta.*

Krishnamurti: Naturalmente. Ma vedete e' proprio per questo che e' cosi' importante, io penso, fronteggiare il fatto, fronteggiare il "cio' che e'", di attimo in attimo, senza starci a teorizzare su. Se qualcuno e' ammalato, ammalato di cancro senza speranza, o e' diventato completamente vecchio: qual e' la cosa piu' intelligente da fare, non per un semplice osservatore come me, ma per il medico, la moglie o la figlia?

Interrogante: *In realta' non si puo' rispondere, perche' il problema riguarda un altro essere umano.*

Krishnamurti: E' proprio cosi', e' proprio quello che volevo dire.

Interrogante: *E non si ha il diritto, almeno cosi' mi sembra, di decidere della vita o della morte di un altro essere umano.*

Krishnamurti: Ma lo facciamo. Tutte le tirannie lo fanno. E lo fa la tradizione; la tradizione che insegna che si deve vivere in questo modo e non in quell'altro.

Interrogante: *E sta diventando tradizione anche portare la vita della gente al di la' del punto in cui la natura crollerebbe. La gente viene mantenuta viva grazie ai progressi della medicina; beh, e' difficile dare una definizione di cosa sia una condizione naturale, ma sembra*

una condizione innaturale continuare a vivere per cosi' tanto tempo, come tanta gente fa oggi. Ma questo e' un altro problema.

Krishnamurti: Si', e' un problema assolutamente diverso. La vera domanda e': l'intelligenza permettera' il suicidio, anche quando i medici hanno stabilito che c'e' una malattia incurabile? Si potrebbe forse suggerire ad un altro cosa fare in questo caso. Ma bisogna che l'uomo che ha la malattia incurabile agisca secondo la propria intelligenza. Se e' proprio intelligente -il che vuol dire che nella sua vita c'e' stato amore, sollecitudine, sensibilita' e gentilezza- allora una simile persona, quando si presentera' la situazione, si comportera' secondo quell'intelligenza che ha agito anche nel passato.

Interrogante: *Allora tutta questa discussione e' priva di significato perche' questo e' quanto accadra' in ogni caso; perche' la gente agira' inevitabilmente secondo quel che e' successo nel passato. Potrebbero sia farsi saltare le cervella, sia sedersi e soffrire fino alla morte, o accettare una via di mezzo.*

Krishnamurti: No, non e' stata priva di significato. Sentite, abbiamo scoperto molte cose: prima di tutto che vivere intelligentemente e' la cosa piu' importante. Vivere una vita che sia sommamente intelligente richiede una straordinaria prontezza della mente e del corpo, e abbiamo distrutto la prontezza del corpo con un modo di vivere innaturale. Stiamo anche distruggendo la mente, il cervello, con il conflitto, la continua oppressione, la continua esplosione di violenze. Quindi, se si vive una vita che sia la negazione di tutto cio', allora quella vita, quell'intelligenza, quando si trovera' a confronto con una malattia incurabile agira' al momento opportuno.

Interrogante: *Mi accorgo che vi ho posto una domanda sul suicidio e ho avuto una risposta su come vivere nel*

modo giusto.

Krishnamurti: E' l'unica risposta. Un uomo che si butta giu' da un ponte non sta a chiedere: "Mi suiciderei?". Lo sta facendo; e' finito. Mentre noi, seduti in una casa tranquilla o in un laboratorio stiamo a chiederci se un uomo si suiciderebbe o no; tutto cio' non ha significato.

Interrogante: *Quindi e' una domanda che non si puo' fare.*

Krishnamurti: No, si deve fare: se uno vuole suicidarsi o no. E' una domanda da fare, ma bisogna scoprire cosa c'e' dietro, che cosa spinge colui che fa la domanda, che cosa gli fa desiderare di suicidarsi. Conosciamo un uomo che non si e' mai suicidato, sebbene continui a minacciare di farlo, perche' e' assolutamente pigro. Non vuole far niente, vuole che tutti lo sopportino; un uomo simile si e' gia' suicidato. Colui che e' ostinato, sospettoso, avido di potere e di prestigio, intimamente si e' gia' suicidato. Vive dentro un muro di immagini. Percio' ogni uomo che vive con una immagine di se stesso, del suo ambiente, della sua ecologia, del suo potere politico o della sua religione, e' gia' finito.

Interrogante: *Mi sembra che quello che state dicendo significa che ogni vita che non sia vissuta direttamente...*

Krishnamurti: Direttamente ed intelligentemente.

Interrogante: *Al di fuori delle ombre, delle immagini, del condizionamento, del pensiero..... A meno che non si viva in quel modo, la vita di ciascuno e' una specie di esistenza di tono minore.*

Krishnamurti: Si', naturalmente. Guardate la maggior parte della gente; vivono dentro un muro: il muro del loro sapere, dei loro desideri, dei loro impulsi ambiziosi. Sono gia' in una situazione di nevrosi e la nevrosi da' loro una certa protezione, che e' la protezione del suicidio.

Interrogante: *La protezione del suicidio!*

Krishnamurti: Prendiamo un cantante, per esempio; per lui la piu' grande preoccupazione e' la sua voce, e quando questa viene a mancare egli e' pronto per il suicidio. Quello che e' veramente emozionante e vero e' cercare un metodo di vita che sia altamente sensibile e sommamente intelligente; cosa impossibile se c'e' paura, ansieta', avidita', invidia, creazione di immagini o il vivere in isolamento religioso. L'isolamento e' quello che tutte le religioni hanno suggerito; il credente cosi' e' definitivamente sull'orlo del suicidio. Avendo egli posto tutta la sua fiducia in una credenza, quando quella viene messa in dubbio ha paura ed e' pronto ad abbracciare un'altra fede, un'altra immagine, a commettere un altro suicidio religioso. Percio', puo' un uomo vivere senza alcuna immagine, senza alcun modello, senza alcuna sensazione del tempo? Io non intendo che si debba vivere in tal modo da non occuparci di quello che succedera' domani o che e' successo ieri. Quella non e' vita. C'e' anche chi dice: "Cogliete il presente e vivetelo meglio che potete"; anche questo e' un atto di disperazione. In verita' non ci si dovrebbe chiedere se sia giusto o no suicidarsi; ci si dovrebbe chiedere cos'e' che genera quello stato della mente in cui non ci sono piu' speranze; per quanto la parola speranza non sia giusta in quanto implica un futuro. Piuttosto bisognerebbe chiedere come puo' la vita essere priva di tempo? Vivere senza tempo vuol dire veramente avere questo senso di grande amore, perche' l'amore non e' del tempo, l'amore non e' qualcosa che e' stato o che sara': scoprirlo e viverci e' il vero problema. Domandarsi se bisogna o no commettere suicidio e' tipico di un uomo gia' parzialmente morto. La speranza e' la piu' terribile delle cose. Non fu Dante a dire: "Abbandonate la speranza quando entrate nell'Inferno"? * Per lui il paradiso era la speranza, e' una cosa orribile.

Interrogante: *Si', la speranza e' il proprio inferno.*

* "Lasciate ogni speranza o voi ch'entrate", "Inferno", canto Terzo (n.d.t.).

==========

L'uomo alla svolta contiene le conversazioni svoltesi a Malibu intorno al 1969 fra Krishnamurti e Alain Naude', un pianista sudafricano, docente all'universita' di Pretoria, che, ascoltato Krishnamurti a Saanen (Svizzera) nell'estate 1962, lo aveva seguito, facendogli poi da segretario dal 1964 al 1969. Il testo in inglese comparve nel 1970 col titolo "The Urgency of Change". (Informazioni attinte da: MARY LUTYENS, La vita e la morte di Krishnamurti; Ubaldini editore, Roma 1971, pp. 135-143).

Da: http://www.aduc.it/dyn/pulce/art/allegato.php?id=71903&Oid=71901

Che cosa ci separa dalla realtà?

Discorso dell'8 luglio 1980 – Saanen (Da La fine del dolore)

L’altro giorno abbiamo parlato dei milioni di anni di evoluzione, attraverso i quali sono passati gli esseri umani.

Evoluzione implica tempo, non solo tempo fisico ma anche tempo interiore, psicologico.

Fin dal principio del suo esistere sulla terra, l'essere umano è cresciuto passando attraverso esperienze di ogni genere, sventure, disgrazie, ansie, paure. Così il nostro cervello ha assunto una determinata struttura, venendo modificato e plasmato dalle condizioni di vita in cui si è trovato ad evolvere.

La struttura del cervello è il risultato di quel processo nel tempo che chiamiamo evoluzione.

Ora la mente e il cervello, che sono una sola e unica cosa, non potranno mai essere liberi.

Stiamo cercando di scoprire per quale motivo gli esseri umani, pur avendo ormai dietro le spalle milioni di anni di esperienze di dolore, di piacere, di paura, continuino a vivere tuttavia sempre allo stesso modo.

Ci siamo chiesti l'altro giorno quale potrebbe essere la causa di questa situazione terrificante di incertezza, di confusione, di sofferenza.

E abbiamo detto che una causa potrebbe essere il fatto che l'essere umano non ha mai rinunciato, nemmeno per un momento, alla ricerca della propria sicurezza, sia esteriormente, nella sua relazione con l'ambiente, sia interiormente, sul piano psicologico.

Questa potrebbe essere una delle cause che hanno determinato l'attuale miserevole situazione.

Abbiamo parlato anche dell'idea della propria individualità, che gli esseri umani si sono formata durante tutto il periodo della loro evoluzione; l'idea che «io» sono separato dagli altri e che devo lottare contro di loro per sopravvivere.

Anche questa potrebbe essere una causa della sventurata situazione attuale di spaventoso disordine.

Poi abbiamo detto: una delle cause più determinanti potrebbe essere proprio il pensiero.

E abbiamo sottolineato il fatto che dove c'è una causa, esiste anche la possibilità di eliminarla.

Una causa, un motivo che producono i loro effetti, continuano nel tempo. Ma si può porre fine alla causa.

È un fatto evidente, che, credo, possiate vedere facilmente se ci pensate un momento.

Se c'è dolore fisico, esiste anche una causa che lo determina. E il dolore finisce quando ne viene eliminata la causa.

In modo del tutto analogo, le nostre sofferenze psicologiche, le angosce, le paure, potrebbero avere una causa che le determina.

Ma allora l'eliminazione della causa porrebbe fine al dolore.

Ora, la nostra situazione ha diverse cause?

Oppure ce n'è una sola, fondamentale, che le comprende tutte quante? Capite?

Dicevamo prima che una causa potrebbe essere il costante desiderio di sentirci sicuri, protetti, senza incertezze, appoggiati a qualcosa di stabile.

Una seconda causa potrebbe essere l'individualismo che ha portato l'essere umano a considerarsi separato dal resto dei suoi simili e a creare tra sé e gli altri una barriera insormontabile.

Un'altra causa potrebbe essere proprio il Pensiero stesso.

L’uomo, il suo cervello, la sua mente, si sono formati in un periodo di evoluzione durato milioni di anni, Ma il tempo non ha portato la libertà agli esseri umani.

Può essere stata raggiunta una parvenza esteriore di libertà.

È possibile viaggiare da un paese all'altro, è possibile cambiare lavoro e fare diversi mestieri; evidentemente non in un paese dove ci sia un regime dittatoriale, ma nei paesi cosiddetti democratici esiste una certa libertà di movimento.

Tuttavia, interiormente, sul piano psicologico la mente, che include in sé anche il cervello, è un prodotto del tempo e quindi non potrà mai essere libera.

Forse è questa una delle ragioni per le quali l'essere umano si è ridotto psicologicamente a vivere come un prigioniero, privo della libertà di aprirsi e di fiorire.

Se mi consentite di ricordarvelo, vi prego, pensiamo insieme!

Dovete usare la vostra mente, il vostro cervello, il vostro cuore, se volete scoprire la causa di quanto sta accadendo nel mondo; perché se non faremo una scoperta simile, finiremo per distruggerci tutti quanti.

È esattamente quello che sta succedendo.

Una nazione vuole essere più importante di tutte le altre, una tribù pretende di avere il sopravvento sulle altre. Si producono armi di ogni genere. Lo sapete, vero? Quattrocento miliardi di dollari spesi ogni anno per la guerra.

Capite la follia di tutto questo?

La mente e il cervello, che sono il risultato di un processo nel tempo, non sono mai stati liberi.

Ma senza libertà l'essere umano non può schiudersi, non può fiorire, non può in alcun modo andare al di là di se stesso.

Interiormente non siamo liberi. Col passare del tempo abbiamo acquisito una determinata struttura; se osservate la vostra mente, se guardate come funziona il vostro cervello, vi accorgerete che non facciamo altro che rimanere sempre entro certi schemi determinati, che vanno ripetendosi da migliaia e migliaia di anni.

In Occidente i preti ci hanno lavato il cervello per duemila anni: in Oriente questo lavaggio del cervello dura da quattromila, cinquemila anni, o forse di più.

Il nostro cervello è condizionato; si è formato subendo determinate imposizioni, rimanendo sotto la continua influenza di quanto hanno affermato insegnanti, filosofi, preti.

I preti diventano il ponte tra voi e ciò che è al di là di voi. Loro sono i salvatori.

Forse questo poteva andar bene molto tempo fa, ai tempi dell'antico Egitto e delle antiche civiltà orientali; ma ora tutto ciò è diventato qualcosa di veramente infantile.

Sul piano intellettuale, scientifico, tecnologico, l'uomo ha fatto enormi progressi. Ha acquisito un'abilità straordinaria non soltanto nell’uccidere i suoi simili, ma anche nel curarli e guarirli, con la medicina, la chirurgia.

L’altro giorno abbiamo parlato del tentativo che fa la scienza di scoprire, per mezzo dello studio della materia, quello che sta al di là di tutte le cose.

Studiando la materia dall'esterno e raccogliendo un'enorme quantità di conoscenza, si spera di arrivare a scoprire l'origine di tutto.

È questo che fanno gli scienziati.

I religiosi, invece, affermano che c'è Dio e che Dio ha creato questo mondo. Quel Dio deve essere davvero un povero Dio, degenerato e corrotto, se ha fatto un mondo come questo.

Anche voi, a vostra volta, potrete avere la vostra personale e insignificante teoria a proposito del mondo e della sua origine.

Avendo studiato le teorie intellettuali di filosofi, di teologi, di teorici - di teorici comunisti e di teologi cristiani - potreste essere arrivati a farvi la vostra propria opinione, a formulare le vostre proprie conclusioni.

Ma è evidente che se volete veramente arrivare a scoprire l'origine di tutto quanto accade, dovete mettere da parte completamente ogni cosa che sia stata detta finora.

Per fare questo, però, avete bisogno di forza e capacità di penetrazione, che vi consentano di osservare i fatti con estrema accuratezza. Non vi serve l'analisi.

L’analisi è ancora un processo che si sviluppa nel tempo. Abbiamo analizzato a non finire tanto il mondo fuori di noi quanto il mondo che è dentro di noi. Filosofi e psicologi hanno analizzato il modo di funzionare della nostra mente, arrivando a formulare determinate conclusioni, determinate teorie.

E noi abbiamo subito in modo inevitabile l'influenza di questa gente, ne siamo stati condizionati.

Ma se vogliamo arrivare a scoprire la causa fondamentale della situazione attuale, e necessario essere liberi da qualsiasi condizionamento. Interiormente deve esserci libertà.

Libertà non significa andare dove vogliamo, sceglierci il lavoro che preferiamo, o dire quello che ci pare. La vera libertà esiste quando il cervello, la mente, l'intera struttura psicologica, sono ripuliti da qualsiasi schema di funzionamento, da qualsiasi modello di comportamento che ci siano stati imposti.

Se siete delle persone serie, non può bastarvi affrontare soltanto oggi, o una volta ogni tanto, questa indagine che stiamo conducendo insieme.

La vostra ricerca, la vostra osservazione devono essere ininterrotte.

È necessario avere grande pazienza.

Sapete, impazienza è tempo. La pazienza, invece, non è del tempo. Pazienza significa osservare da vicino, con grande cura e attenzione; significa non avere fretta e avanzare a poco a poco, senza stancarsi.

Questa è pazienza. In questo modo di osservare non c'è l'ansia del tempo. Ma quando vi lasciate prendere dall'impazienza di andare avanti, vi mettete a correre, senza capire da che punto siete partiti.

Allora, qual è la causa che determina questo nostro povero modo di vivere? Forse è l'esigenza di sentirci sicuri? Oppure è l'illusione di crederci gli uni separati dagli altri? O è l'illusione di credere che il nostro cervello sia diverso da quello dei nostri simili?

La nostra mente, il nostro modo di fare, sono davvero diversi dalla mente e dai modi di comportamento degli altri esseri umani?

La causa che stiamo cercando è il pensiero?

Non esiste pensiero occidentale e pensiero orientale. Il pensiero è pensiero, in qualunque posto viviate; sia che viviate in Asia, sia che abitiate in Estremo Oriente, in Medio Oriente o in Occidente, avrete sempre a che fare col pensiero. Potranno esserci modi particolari di pensare, potranno esserci direzioni particolari in cui il pensiero si muove, o modelli particolari secondo i quali il pensiero si conforma, ma è pur sempre il pensiero ad essere in gioco.

È pur sempre pensiero, sia che lo si usi in Oriente o in Occidente, sia che subisca condizionamenti diversi in differenti ambienti.

Allora, la causa fondamentale che stiamo cercando è il pensiero?

Guardate qual è, storicamente, il modo di vivere degli esseri umani: un continuo combattere tra di loro, un andare avanti nel tormento, nell'angoscia, portandosi dietro conflitti e paure che sembra impossibile abbandonare.

C'è la ricerca del piacere e il costante imbattersi nella sofferenza; c'è qualche raro sprazzo d'amore, che

immediatamente diventa un fatto sessuale, mentre la compassione non ha mai potuto essere una realtà vivente; è rimasta soltanto un'idea.

Vi prego, andiamo avanti insieme. E procedendo insieme, fianco a fianco, per la stessa strada, non ci serviremo dell'analisi. Dobbiamo capire che cosa significa analisi. Analisi implica divisione. Vi pare?

C'è colui che analizza e quello che viene analizzato. Colui che analizza presume di sapere e quindi di essere capace di analizzare. Scopritelo nella vostra mente. Il processo di analisi richiede tempo.

«Forse oggi non sono capace di vederci chiaro e di analizzare a fondo la situazione, ma imparerò e arriverò a saperlo fare».

Mi serviranno giorni, settimane, mesi, per imparare l'arte di analizzare. Tuttavia rimarrà la divisione tra colui che analizza e quello che viene analizzato.

Colui che analizza impone all'intero processo il suo modo di vedere, il suo modo di giudicare e di interpretare.

Così l'analisi, non solo si basa sul tempo, ma anche su una separazione insormontabile tra l'analizzatore e l'analizzato. Supporre che l'analizzatore sia completamente diverso dall'analizzato, è diventato uno dei nostri condizionamenti più profondi.

Ma è davvero così? Colui che analizza non fa parte di quello che viene analizzato?

Quando comincio ad analizzare la mia angoscia, come faccio a sapere che quello che sto analizzando è angoscia? Capite? Lo so perché mi ricordo esperienze di angoscia, che ho avuto tempo fa.

Queste esperienze mi si sono impresse nel cervello e me ne ricordo; quando poi ha luogo in me una reazione simile,

la riconosco e la chiamo angoscia.

Così mi separo da quello che accade, per analizzarlo.

Ma guardate che cosa succede, per esempio, quando vi arrabbiate. Nel momento in cui andate in collera, non c'è alcuna differenza tra voi e la vostra collera. Questo è il fatto.

Soltanto più tardi potrete dire: «Mi sono arrabbiato». Allora, possiamo renderci conto che l'analisi implica e mantiene una divisione costante tra colui che osserva e quello che viene osservato, come se fossero entità diverse e distinte?

Evidentemente mi sto riferendo al piano psicologico.

Non sto dicendo che non c'è alcuna differenza tra me e un albero. È chiaro che c'è differenza; ma quando la differenza esiste a livello psicologico, quando ritenete di essere diversi da quello che osservate dentro di voi, a livello psicologico, allora questa divisione porta con sé il conflitto. Quando tentate di essere quello che non siete, prendete la direzione dello sforzo e del conflitto.

Il nostro cervello ha vissuto e si è sviluppato muovendosi proprio in questa direzione.

Ora noi diciamo: un processo di analisi non porterà mai alla libertà. Al contrario, non farà altro che mantenere e alimentare il conflitto.

Ma una mente, un cervello che vivono nel conflitto, non possono fare a meno di consumarsi; così non potranno mai essere in uno stato di freschezza, non potranno mai sbocciare e fiorire in questo stato.

L’analisi rende impossibile osservare con chiarezza. Essere capaci di osservare è molto più importante che avere una mente analitica.

Abbiamo perso la capacità di osservare, per coltivare l'arte di analizzare.

Non siamo mai disposti a guardare a fondo quello che accade nella nostra mente e nel nostro cuore, senza alterare quello che stiamo osservando.

Il nostro cuore, la nostra mente sono distorti, corrotti, ma speriamo di poterli risanare e raddrizzare facendo ricorso all'analisi. Facciamo molto affidamento su di essa; così non ci accorgiamo di quanto essa sia inefficace.

È esattamente la stessa cosa che succede a un uomo che si basa completamente su una fede particolare, e che non riesce a vedere in quale situazione ridicola è andato a cacciarsi.

Stiamo dicendo che quello che importa è essere capaci di osservare che cosa accade dentro di noi, nel nostro cuore, nella nostra mente. Ma questa osservazione non è possibile quando dietro di essa c'è un motivo qualsiasi o qualche genere di imposizione che la deforma.

La mente deve essere capace di straordinaria attenzione.

Forse queste cose sono nuove per voi; forse non vi è mai capitato di sentirne parlare. O potete aver letto qualcosa da qualche parte.

Come sarebbe bello se non aveste mai letto nemmeno un libro! Se non aveste mai ascoltato prediche, se non aveste mai dato retta né a preti, né a filosofi, né a guru. Allora avreste una freschezza intatta, per accostarvi a quello che stiamo dicendo. E con quella freschezza potreste osservare tutta la vostra struttura interiore.

Sfortunatamente ormai siete tutti quanti persone molto istruite, vi siete interessati di molte cose leggendo a destra e a sinistra, con la speranza, così, di acquisire conoscenza.

Mentre, se poteste semplicemente osservare...

Sarebbe davvero meraviglioso se poteste farlo, perché proprio nella semplice osservazione è l'essenza stessa della libertà!

Senza questa libertà, non avete la minima possibilità di penetrare in quanto stiamo dicendo.

Allora, a meno che non si scopra la causa che ha determinato questa situazione, non avrà fine la struttura psicologica che ci tiene prigionieri.

Qual è questa causa, la causa del dolore e dell'infelicità umana?

È la vostra umanità che si trova in questa miserevole situazione. Vi prego, rendetevene conto: la vostra umanità, il vostro cervello che ha attraversato un'evoluzione di milioni di anni e che è patrimonio comune di ogni essere umano, fanno sì che voi siate il mondo e che il mondo sia voi. Voi non siete svizzeri, o tedeschi; ma siete degli esseri umani, come lo sono quelli che vivono in Estremo Oriente - poveri, affamati, infelici, trucidati senza pietà.

Psicologicamente voi soffrite, siete infelici, pieni di angosce.

Il vostro cuore, la vostra mente, è umanità.

Cercate di capire questo. Non c'è differenza tra voi e l'umanità.

La nostra mente è umanità ed è comune a tutti gli uomini. Questa mente, insieme al cervello, ha funzionato non solo per tutta la nostra vita, ma per millenni, muovendosi nel tempo in una direzione determinata. È un movimento che continua sempre nella medesima direzione, per quanto possa espandersi o contrarsi, celarsi o modificarsi.

E quando vedete dove porta questo movimento, quando vedete come l'uomo stia distruggendo se stesso e la terra, l'aria, la natura, gli animali, non potete fare a meno di sentirvi tremendamente responsabili.

Allora, qual è l'origine di tutto ciò che accade? Dov'è la causa?

È il pensiero, forse?

Pensiero implica conoscenza, vi pare?

Ci sono esperienza, conoscenza, memoria, pensiero; insieme costituiscono un unico movimento.

La conoscenza che si acquisisce per mezzo dell'esperienza, non è separata dalla memoria e dal pensiero. Ma insieme costituiscono un unico processo che non si ferma un istante e che si muove sempre nella stessa direzione.

È questa la vera causa?

È questo movimento ininterrotto del pensiero, che ha portato nel mondo il caos che c'è attualmente?

Vi prego, esaminate insieme a me la questione, non stancatevi di osservare.

Il pensiero ha creato cose straordinarie: grandiose cattedrali, palazzi meravigliosi, musica, canti, poemi, una tecnologia eccezionale, le bombe, la scienza atomica.

Tutto questo è frutto del pensiero.

L’enorme incremento degli armamenti per distruggerci tutti quanti, anche questo è frutto del pensiero; come pure lo è la conoscenza raccolta dagli scienziati.

Se non foste capaci di pensare, non potreste tornare a casa vostra, non potreste nemmeno parlare.

Perciò il pensiero occupa un posto di straordinaria importanza nella nostra vita.

Ma ora non ci stiamo occupando del funzionamento del pensiero, in relazione al mondo fisico delle nostre attività quotidiane, i sistemi di comunicazione e di trasporto, i telefoni e così via. Ci stiamo invece chiedendo se a livello psicologico non sia proprio il pensiero la causa di ogni tormento umano. Capite?

E se fosse proprio il pensiero la causa fondamentale della miseria umana, questa causa non potrebbe essere tolta di mezzo?

Sapete, quando un uomo è malato fisicamente, fa di tutto pur di guarire; spende soldi, fa lunghi viaggi per andare a curarsi.

Ma noi non sembriamo disposti a spendere nemmeno una piccola parte del nostro tempo per scoprire come mai gli esseri umani accettino di vivere tanto angosciosamente, in mezzo a tremendi pericoli, una vita che ormai è diventata del tutto priva di senso.

Allora, è il pensiero la causa fondamentale che stiamo cercando? Tutta quanta la nostra esistenza ruota ormai intorno al pensiero. Il nostro amore, i nostri affetti, i nostri ricordi, le immagini di cui non vogliamo fare a meno... alla base di tutto questo c'è il pensiero. Anche le nostre relazioni reciproche sono determinate dal pensiero, che, come abbiamo detto, è figlio della conoscenza.

Senza conoscenza non saremmo capaci di pensare.

Ma la conoscenza e sempre qualcosa di limitato. Non esiste la conoscenza completa di qualcosa. Mentre la comprensione è completa quando la conoscenza finisce del tutto.

Vediamo di procedere passo per passo, altrimenti sarà sempre più difficile capire, andando avanti.

Non esiste una conoscenza completa, a qualunque cosa vogliate riferirvi. Gli astrofisici che studiano l'universo non arriveranno mai ad una conoscenza definitiva. Anche il lavoro dei filosofi e degli studiosi si basa sulla conoscenza.

Potranno dirvi che credono in Dio, l'Essere Supremo e Onnipotente, l'Unico che possiede l'intera conoscenza, o dove tutta la conoscenza finisce.

A noi non interessano sciocchezze del genere. Quello che stiamo sottolineando è il fatto che la conoscenza è sempre e comunque incompleta, perché è costantemente all'ombra dell'ignoranza.

Nemmeno i più grandi filosofi, né i teorici o gli specialisti più noti, né i religiosi o gli uomini di chiesa, potranno mai affermare, a meno che non siano pazzi, di possedere la completa conoscenza.

Perciò il nostro pensiero che nasce dalla conoscenza è irrimediabilmente limitato. Non esiste un pensiero senza limitazioni in se stesso.

Così anche i nostri modi di agire permangono nella limitazione. E la nostra capacità di osservare sarà molto ristretta se rimarrà soggetta al funzionamento del pensiero.

Quando la mia osservazione fa parte di un processo analitico, siccome l’analisi si basa sul pensiero, tanto le mie osservazioni quanto le mie conclusioni saranno inevitabilmente limitate.

La capacità dì osservare implica profondo senso di umiltà.

Non potete osservare con chiarezza se vi basate sulla conoscenza che avete. Umiltà significa osservare senza pretendere di appoggiarsi ad alcuna certezza.

È evidente che all’origine di tutta la confusione nella quale viviamo, c'è il pensiero.

Le nostre angosce, le guerre, le separazioni tra i popoli, le separazioni religiose, le separazioni professionali, le separazioni che trovate dovunque nel processo del divenire, sono prodotte dall'attività del pensiero.

Non so se vi siete accorti di come nelle nostre attività quotidiane siamo impegnati a salire la scala sociale. Impiegati, preti, capireparto, uomini d'affari, tutti quanti cercano di diventare qualcosa.

Il parroco diventerà vescovo, il vescovo diventerà arcivescovo, l'arcivescovo diventerà cardinale e il cardinale alla fine diventerà papa. Nel mondo delle nostre attività quotidiane questo modo di funzionare appare dappertutto. E anche a livello psicologico facciamo la stessa cosa. In ogni momento cerchiamo di diventare qualcosa di diverso da quello che siamo: vogliamo migliorare.

«Non sono bravo, ma migliorerò». Capite?

Questo divenire è il movimento del pensiero nel tempo.

E proprio questo movimento potrebbe essere l'origine di tutta la confusione in cui viviamo.

Ognuno desidera diventare qualcosa.

A livello fisico, questo desiderio spinge ad essere aggressivi, ambiziosi, crudeli. Ma potete accorgervene e tirarvi indietro, senza prendere parte al gioco.

Mentre, vedere questo movimento del divenire a livello psicologico, vederlo interiormente, è molto più difficile. In noi, a livello psicologico, è costantemente all'opera lo sforzo per diventare qualcosa. Così ci portiamo dietro un conflitto interminabile.

Siamo sempre in tensione, in lotta, sotto sforzo.

Proprio questa situazione psicologica potrebbe essere la causa di tutta la distruttività che c'è al mondo.

Alla base di questo sforzo per divenire c'è il pensiero.

Capite?

Se mi metto a confronto con una persona che è buona, intelligente, affettuosa, premurosa, ecco che comincio a desiderare di diventare come lei. Ma alla base di questo confronto c'è il pensiero. Vi pare?

Come reagisce la mente a questa affermazione?

Guardate che cosa succede: invece di rendersi conto immediatamente della realtà di quanto abbiamo detto, la mente preferisce costruirsi un'immagine, un'idea, e mettersi a discutere.

Ma la realtà è diversa dall'idea che vi siete fatta.

La parola sofferenza è diversa dalla realtà del soffrire.

Quando sentite parlare di quel che è accaduto alla mente, al cuore, al cervello - che sono tutt'uno -, quando sentite dire che col passare del tempo sono stati condizionati dalla cultura, dalla religione, a diventare qualcosa che non sono; quando sentite dire che questo condizionamento implica tensione, competizione, spietatezza, violenza, siete di fronte ad un fatto, oppure soltanto ad un'idea?

Siete di fronte a qualcosa che accade realmente, oppure vi state soltanto immaginando qualcosa?

Questo è un punto molto importante da capire.

Le nostre menti sono state condizionate in ogni occasione ad avere a che fare con delle idee invece che con dei fatti.

Di fronte a un fatto, il cervello si è abituato a creare un'astrazione, e questa astrazione poi la chiama ideale.

Ma osservare il fatto è molto più importante che farsene un'idea.

Nei confronti di un fatto potete fare qualcosa, ma non potete fare nulla nei confronti di un'idea; al massimo potete crearne delle altre, farvi delle opinioni.

Il fatto che dovete vedere è questo: il cervello, il cuore, la mente, che sono tutt'uno, sono coinvolti ininterrottamente nello sforzo per diventare. Questa non è un'astrazione. È un fatto che è lì, da osservare.

Andiamo avanti, lentamente, con calma.

Il fatto che state osservando è qualcosa di diverso da voi che lo osservate? Capite?

Ognuno di noi, nei modi più diversi, si sforza di diventare qualcosa, non solo nella vita esteriore, ma soprattutto interiormente, psicologicamente.

E quello che succede a livello psicologico influenza in modo determinante quanto accade fuori di noi. Non accade il contrario, come i comunisti pretenderebbero.

Da principio i comunisti avevano meravigliose teorie - nessun governo, nessun esercito, tutti erano uguali - e guardate dove siamo arrivati!

Le idee sono fattori tremendamente distruttivi, mentre il fatto in se stesso è che il pensiero ha costruito la struttura psicologica dell’essere umano, e questa struttura si basa sullo sforzo di diventare diversa da quello che è.

Capite?

È da questa situazione che potrebbe venire ogni infelicità umana.

Allora, se ci siamo resi conto della causa, possiamo vivere in questo mondo senza far nulla, psicologicamente, per diventare diversi da quelli che siamo?

Questo non significa che dobbiate rimanere quelli che siete.

Che cosa siete voi? Non siete nient'altro che questo sforzo di diventare diversi.

Mi domando se ve ne rendete conto.

Ora, potreste chiedervi: «Ma se non sono nient'altro, all'infuori di questo sforzo per cambiare, che cosa mi succederebbe se smettessi di fare anche questo? Mi metterei a vegetare?».

Ma avete mai penetrato veramente a fondo la questione di mettere completamente da parte lo sforzo di diventare diversi da quello che siete?

Questo significherebbe farla finita, dentro di voi, con il bisogno di imitare, di conformarvi, di fare confronti.

Dovunque nel mondo, gli esseri umani, da millenni, non hanno fatto altro che comportarsi allo stesso modo, seguendo sempre lo stesso schema psicologico, e non fa alcuna differenza che vivano in un piccolo villaggio o che abitino un appartamento lussuoso al trentesimo piano.

Se è stata scoperta la causa che determina tutte le miserie umane, essa se ne andrà, con naturalezza.

State attenti: che cos'è l'essere umano?

Ha paura di non essere niente?

Ma dove lo porta il suo sforzo per diventare qualcosa?

Con tutti i vostri sforzi per diventare diversi interiormente, dove siete arrivati?

Alla fine di tutti i vostri sforzi, non siete un bel niente!

Ma avete paura di rendervene conto.

Alla base del divenire non c'è sempre il pensiero?

Prendete per esempio il problema dell'autoconoscenza.

Voglio conoscere me stesso.

Guardate in che inganno si cade!

Perdonatemi se ve lo faccio notare.

Voglio conoscere me stesso: e comincio ad osservare, ad analizzare, a fare domande.

E proprio questo osservare, questo fare domande, fanno parte del movimento interiore per diventate qualcosa di diverso.

Qualsiasi movimento mentale, che implichi divenire o non divenire, è sempre la stessa cosa; e un movimento del pensiero.

E se dite: « Sì, me ne sono accorto; devo porre fine a questo movimento», è ancora il pensiero ad essere all'opera, sebbene in una diversa direzione.

Allora, questo movimento del pensiero, può finire davvero?

La mente, non la mia o la vostra, ma la mente umana, incoraggiata dai preti, dai filosofi, dalle persone istruite, per secoli e secoli si è mossa per conoscere sempre di più di quanto accade non solo fuori di noi, nell'ambiente circostante, ma anche dentro di noi.

Ma quando vi sentite dire: «Guardate che cosa state facendo!», allora vi accorgete che l'idea di conoscere voi stessi fa ancora parte dello stesso cammino del divenire.

Sia che cerchiate di diventare qualcosa o di non diventare niente, il movimento è sempre lo stesso; è sempre il pensiero in azione, sebbene in direzioni diverse.

Ora, se è il pensiero la causa di tutta l'infelicità umana, è possibile che smetta di muoversi, qualunque sia la direzione?

Che cos'è il pensiero?

Non è il pensiero che produce il rumore di quel torrente, ma è il pensiero che ha generato le guerre e barriere divisorie di ogni tipo nelle relazioni umane.

Con qualsiasi persona siate in relazione, ve ne fate un'immagine. Questa immagine si costruisce nel tempo e diventa la barriera divisoria tra voi e l'altra persona. Il cervello è costantemente all'opera per costruire l'immagine di vostro marito, della vostra ragazza o del vostro ragazzo; e questa immagine vi impedisce di vedere la realtà, vi separa dalla realtà.

I ricordo del passato si imprime nelle cellule del cervello; quindi il pensiero forma un’immagine, e allora voi dite: «Mi ricordo di te».

Ma l'immagine, il simbolo, non è la realtà.

Pensare significa muoversi nel tempo.

Il tempo è il fattore nel quale, per mezzo dell'esperienza, si raccoglie conoscenza.

Ho avuto l'esperienza di incontrarti ieri; me ne ricordo e ora dico che sei il tal dei tali.

Conoscenza implica pensiero. E il pensiero è materia.

Le cellule che portano impressi i ricordi sono materiali e anche il pensiero è materiale.

Ora guardate. Studiando la materia che è fuori di loro, gli scienziati tentano di scoprire qualcosa che è al di là di tutto.

Se chiedete agli scienziati, agli astrofisici che scrutano le profondità dei cieli, li troverete d'accordo su questo: con le loro ricerche tentano di scoprire che cosa c'è al di là di tutte le cose.

Queste persone studiano la materia servendosi del pensiero, ma noi diciamo che anche il pensiero è materia: allora perché non studiare subito dentro di noi la materia, invece di andare a cercarla fuori?

Sarebbe molto più pratico e diretto.

Richiede una straordinaria disciplina, ma consentirebbe di andare infinitamente lontano.

Il pensiero è materia ed è il fattore che ha costruito tutta la nostra struttura psicologica: le angosce, le paure, lo sconforto, la disperazione, le diversità di umore, gli affetti, i sentimenti, i romanticismi, i sogni ad occhi aperti.

Le persone cosiddette religiose non lo ammetteranno, perché partono dal concetto che in loro ci sia qualcosa di spirituale; credono di avere un'anima, con tutto quel che segue. Ma non escono dai limiti del pensiero.

Coscienza superiore e coscienza inferiore, l'Atman degli Indù, il Brahman, sono ancora creazioni del pensiero. Evidentemente il pensiero ha un campo nel quale deve essere usato.

Ci serve per parlare, per tornare a casa, per prendere l'autobus, per lavorare, per fare tutto ciò che richiede abilità e conoscenza.

Ed è necessario che il pensiero funzioni in modo obiettivo, chiaro, preciso, imparziale.

Ma il pensiero non ha altro posto, al di fuori del campo che gli compete. E invece il pensiero è costantemente all'opera per costruire la struttura dell'ego, dell'io che vuol diventare, o che non vuol diventare niente.

Si può stare al mondo senza che il pensiero intervenga a costruire la struttura dell'ego, che implica il divenire?

Capite che cosa sto chiedendo?

Finché non scomparirà il movimento psicologico del divenire, non sarà possibile andare molto lontano.

Finché esisterà un centro dove si accumula lo sforzo che alimenta il divenire, da lì il pensiero continuerà a muoversi e ad operare.

E la mente che non è libera dalla struttura psicologica costruita dal pensiero, non potrà andare da nessuna parte. Potrà solo farsi delle illusioni e giocare a se stessa ogni genere di inganni.

Il pensiero divide?

23 Luglio 1970 – Saanen (Da Sulla mente e il pensiero)

Dobbiamo, inoltre, scoprire qual è la funzione, il significato, la sostanza, qual è la struttura del pensiero, perché potrebbe essere il pensiero a dividere; e trovare una risposta per mezzo del pensiero, attraverso la ragione, significa, ovviamente, separare ogni problema e cercare di dare una risposta a ognuno di essi. Perché siamo sempre inclini a risolvere le nostre problematiche separatamente, come se queste non fossero correlate? Ci sono persone che sognano rivoluzioni fisiche che possano cambiare l'ordine sociale e generarne uno nuovo, e nel fare ciò dimenticano completamente l'intera natura psicologica dell'uomo. È per questo che bisogna porsi questa domanda: perché? E dopo averla posta, che tipo di risposta ci daremo? Sarà una risposta del pensiero, o sarà generata dalla comprensione della totalità di questa immensa, vasta struttura che è la vita umana?

Voglio scoprire perché esiste questa divisione. Abbiamo già affrontato tutto questo con le modalità degli osservatori intenti a esaminare qualcosa; dimentichiamoci di tutto, mettiamo tutto da parte e affrontiamo la questione in modo diverso. È il pensiero a generare questa divisione? E se scopriamo che è così, e il pensiero cerca di trovare una risposta a un particolare problema, questo continua a rimanere un problema separato da altri problemi. Stiamo

camminando assieme? Per favore non dite di essere d'accordo, non si tratta di essere o di non essere d'accordo, piuttosto si tratta di scoprire da voi stessi la verità o la falsità di questo punto, non di accettarlo: non accettate, in nessuna circostanza, ciò che chi parla vi sta comunicando; mai. Quando parliamo assieme di questi argomenti, non c'è autorità, né voi, né chi parla possiede alcuna autorità. Siamo entrambi intenti nello scoprire, nell'osservare, nel guardare attentamente, nell'imparare e, quindi, non si tratta d'essere d'accordo o di non esserlo.

Bisogna scoprire se il pensiero, per la sua stessa natura e struttura, non divida la vita in tanti problemi. E se cerchiamo di dare una risposta per mezzo del pensiero stesso, sarà sempre una risposta isolata, e perciò destinata a generare ulteriore confusione, ulteriore sofferenza. Quindi, come prima cosa, bisogna scoprire da noi stessi, in modo libero, senza alcun giudizio o conclusione, se il pensiero opera in questo modo. Perché molti di noi cercano di trovare risposte intellettualmente, o emotivamente, o "intuitivamente".

Quando usiamo la parola intuizione, dobbiamo essere particolarmente cauti, perché questa parola è estremamente fuorviante. Si possono avere intuizioni dettate dalle proprie speranze, paure, amarezze, desideri e da aspettative, quindi è meglio che quella parola non venga usata affatto. Tornando a noi, dicevamo che si cerca di dare risposte intellettualmente o emotivamente, come se l'intelletto fosse separato dalle emozioni e come se queste fossero, a loro volta, disgiunte dalle reazioni fisiche, e così via. E siccome tutta l'educazione che abbiamo ricevuto e la cultura in cui viviamo sono centrate su questo approccio intellettuale alla vita, tutte le nostre costruzioni filosofiche nascono da concetti dell'intelletto, ed è tutta spazzatura. La nostra intera struttura sociale è basata su questa divisione, così come il nostro sistema morale.

Quindi, se il pensiero divide, come fa a compiere questa divisione? Non intrattenetevi con questa affermazione, cercate di scoprirlo da voi stessi. È molto più coinvolgente, e vedrete che cosa straordinaria scoprirete da soli. Sarete una luce per voi stessi, diverrete degli esseri umani integri, che non vanno alla ricerca di qualcuno che dica loro cosa devono fare, cosa e come devono pensare.

Allora, il pensiero divide? E che cosa è il pensiero? Il pensiero può essere particolarmente ragionevole, può ragionare in modo consecutivo, e deve farlo in modo logico, obiettivo, in modo sano, perché deve funzionare perfettamente, come un computer con il suo ticchettare privo di resistenze o di conflitti. La ragione è necessaria, la sanità è parte di quella capacità raziocinante; allora, che cos'è questo pensare, cos'è il pensiero?

Può il pensiero essere mai nuovo, fresco? Perché ogni problema è nuovo, ogni problema dell'uomo, non quelli meccanici, scientifici, è un problema nuovo. La vita è sempre nuova, ed ecco che il pensiero cerca di comprenderla, di alterarla, di tradurla, di farci qualcosa. Allora, per questo motivo, dobbiamo scoprire da noi stessi che cos'è il pensiero e perché divide. Se noi potessimo sentire in modo profondo, amarci l'un l'altro, non in modo verbale ma nella realtà, cosa che può accadere solo quando scompaiono i condizionamenti, quando non sussiste più un centro, un "me" e un "te", allora tutte le divisioni terminerebbero. Ma il pensiero, che è l'attività dell'intelletto, del cervello, non può amare, certamente. Può ragionare in modo logico, oggettivo ed efficiente; per andare sulla luna, il pensiero deve aver operato in modo straordinario: se poi ne valesse veramente la pena, questa è un'altra faccenda. Perciò il pensiero deve essere compreso. Ci siamo chiesti se il pensiero può vedere qualcosa di nuovo, o se possa esistere un pensiero nuovo: il pensiero è sempre vecchio? Se è così, allora quando esso affronta un

problema della vita, che. è sempre nuova, non può avvertirne la novità, proprio perché cerca subito di tradurre la cosa che ha osservato nel linguaggio dei propri condizionamenti.

Allora, il pensiero è necessario, deve funzionare in modo logico, sano, salutare, in modo oggettivo, non emotivamente, né in modo personale, eppure, proprio quel pensiero divide tra “me” e non “me” e cerca di risolvere il problema della violenza come se questa non fosse correlata a tutti gli altri problemi dell’esistenza. Il pensiero è il passato. Il pensiero è sempre il passato, se non avessimo un registratore come il cervello, che ha accumulato ogni sorta di informazioni, di esperienze, personali e collettive, noi non saremmo capaci né di pensare, né di darci risposte. Vediamo tutto questo? Non verbalmente, ma nella sua attualità? Quindi, come il passato che incontra il nuovo, il nuovo deve tradurre usando modalità del passato, e questo determina divisione.

State chiedendo perché il pensiero divide, perché il pensiero interpreta. Se il pensiero è il risultato del passato, e il pensiero è proprio il risultato di ieri, con tutte le informazioni, tutta la conoscenza, l’esperienza, la memoria e via dicendo, esso opera sul problema e lo separa dagli altri, come se ne fosse diviso davvero. Giusto? È così? O non siete. sicuri di questa cosa? Cercherò di sciogliere l’insicurezza a tale proposito, non perché voglia impormi, che sarebbe stupido, o per mostrarvi che il mio ragionamento è migliore del vostro, che sarebbe ugualmente stupido, ma perché stiamo cercando assieme la verità su questo punto, “cosa è” nella realtà. Ora, lasciate tutto da parte, per il momento, e osservate il vostro modo di pensare. Il pensiero è la risposta del passato. Se voi non aveste un passato, non avreste alcun pensiero, vi trovereste in uno stato di amnesia. Il passato è pensiero, e perciò il passato, inevitabilmente, divide la vita in presente e futuro.

Fino a quando ci sarà un passato come pensiero, quel passato stesso dividerà la vita in passato, presente e futuro.

Seguitemi in ciò che sto per dirvi. Avanzerò lentamente, passo dopo passo, non cercate di precedermi. Ho un problema con la violenza, voglio comprenderla interamente, totalmente, così che la mente possa essere completamente libera dalla violenza, e per far ciò l'unica opportunità è quella di comprendere l'intera struttura del pensiero. È il pensiero che genera violenza (la "mia" casa, la "mia" proprietà, "mia" moglie, "mio" marito, la "mia" nazione, il "mio" Dio, il "mio" credo), e tutto questo è assolutamente privo di senso. Chi è che compie questo, che crea questo eterno "me" opposto a tutto il resto? Chi è responsabile, chi è la causa di tutto ciò? L'educazione, la società, il sistema, la chiesa, sono tutti responsabili, in quanto io sono parte di tutto questo. E il pensiero, che è materia, che è il risultato della memoria, è parte della struttura stessa e delle cellule del cervello. La memoria è il passato, che è del tempo. E così, quando il cervello opera, psicologicamente o al livello sociale, economico, religioso, deve, invariabilmente, operare in termini di tempo, poiché il passato è in accordo con i suoi condizionamenti.

Il pensiero è essenziale, deve funzionare nel modo più logico possibile, in maniera completamente oggettiva, impersonale; ciò nonostante, vedo come il pensiero divide, psicologicamente, così come nel tempo. Il pensiero deve, inevitabilmente, dividere; guardatevi attorno e osservate cosa è accaduto. Il pensiero dice: "Il nazionalismo è cosa marcia, ha generato ogni sorta di guerra e di inganno, incoraggiamo la fratellanza, uniamoci l'un l'altro". Così il pensiero fa nascere la Lega delle Nazioni, o l'Organizzazione delle Nazioni Unite, ma il pensiero continua a operare in modo divisivo e a mantenere la separazione: tu, che sei italiano, difenderai la tua sovranità, e via dicendo. Parlare della fratellanza e, allo stesso tempo,

mantenere le divisioni, e ovviamente un'ipocrisia; e questa è una delle funzioni del pensiero, fare il doppio gioco con se stesso.

Il pensiero non può essere la via d'uscita, che non significa dire: uccidete la mente. Allora che cosa è che vede il sorgere di ogni problema come un problema totale? Se uno ha un problema sessuale, è un problema totale, relazionato alla cultura, al carattere, agli altri aspetti della vita, e non separato da tutto ciò. Ora, qual è la mente che vede ogni problema nella sua interezza e non come un frammento?

Le chiese, le varie religioni hanno detto: "Cercate Dio e ogni cosa sarà risolta". Come se Dio, secondo le loro credenze, fosse separato dalla vita. Perciò si è costantemente manifestata questa divisione, e io che osservo questa realtà, dico a me stesso: "Non voglio leggere libri, ma voglio osservare la vita, perché in questa osservazione imparerò molto più che da qualsiasi libro, sia interiormente sia esteriormente, se saprò come osservare". A questo punto, che cos'è che fa sì che si osservi la vita nella sua interezza? Stiamo procedendo assieme? Che cos'è? Conoscere la portata, l'efficienza, la vastità del pensiero e, allo stesso tempo, osservare, sapere che il pensiero, inevitabilmente, divide in "me" e "non me', e che il cervello è il risultato del tempo, e quindi del passato, e che quando tutta questa struttura del pensiero è all'opera non può, nel modo più assoluto, osservare il tutto. Dunque, che cos'è che vede la vita come un'interezza, senza dividerla in frammenti? Avete compreso la mia domanda?

Domanda: *Rimane ancora un'altra domanda.*

Krishnamurti: Abbiamo compreso, ma rimane una domanda, resta ancora una domanda. Chi è che sta formulando questa domanda? Il pensiero? Inevitabilmente. È possibile che diciate d'aver compreso, e che, allo stesso

tempo, vi rimanga ancora una domanda da formulare? Quando avete compreso cosa fa il pensiero, in modo completo, a ogni livello, alto e basso, quando vedete ciò che il pensiero compie e dite: “Ho compreso tutto questo molto bene”; quando poi dite che resta un’altra domanda, chi è che pone quella domanda? C’è solo una domanda, e cioè che questo cervello, l’intero sistema nervoso, la mente che permea tutto ciò dice: “Ho compreso la natura del pensiero”. Il passo successivo è: può questa mente guardare alla vita, con tutta la sua vastità, complessità, con il suo dolore apparentemente infinito, può la mente vedere la vita come una totalità? Questa è l’unica domanda possibile. E non è il pensiero che la sta ponendo: la mente formula questa domanda, perché ha osservato l’intera struttura del pensiero e conosce il valore relativo del pensiero, e quindi è capace di dire: “Può la mente osservare con un occhio che non è mai offuscato dal passato?”.

Ora, entrando nella questione, può la mente, il cervello (che è il risultato del tempo, dell’esperienza, di infinite forme di condizionamento, di conoscenza accumulata, di tutto ciò che è stato raccolto nel tempo come passato), può quella mente, quel cervello, essere completamente fermo e calmo per osservare gli eventuali problemi della vita? È una domanda molto seria, non un intrattenimento cerebrale. Bisogna dedicarle tutta la propria energia, le proprie capacità, vitalità, passione, la propria vita per trovare una risposta, e non starsene semplicemente lì seduti e fare delle domande a me. Dovete veramente impegnarvi a fondo, con tutta la vostra vita, per poter scoprire una risposta, perché quello è l’unico modo, l’unica possibilità per uscire da questa brutalità, violenza, dolore, degrado, da tutto ciò che è corrotto. Può la mente, il cervello, esso stesso corrotto dal tempo, può divenire tranquillo così da vedere la vita come una totalità e, di conseguenza, senza problemi? Quando vedete qualcosa nella sua interezza, come può esserci un

problema? I problemi sorgono solamente quando vedete la vita in modo frammentato. Osservate la bellezza di questa realtà. Quando percepite la vita nella sua totalità, allora non sorgono problemi di alcuna natura. È solo quando una mente, un cuore, un cervello sono divisi in frammenti, che nascono i problemi. Il centro di questi frammenti è il “me”, e il “me” viene a esistere attraverso il pensiero, che non ha una realtà di per sé. Il “me”, la “mia” casa, i “miei” mobili, la “mia” amarezza, il “mio” disappunto, il “mio” desiderio di diventare qualcuno, tutto questo è il prodotto del pensiero. Il “mio” appetito sessuale, la “mia” acredine, la “mia” ansia, la “mia” colpa; il “me”, prodotto del pensiero, divide. E può la mente osservare senza il “me”? Non essendo capace di fare questo, quello stesso “me” dice: “Mi dedicherò a Gesù, a Buddha, a questo, a quello”; comprendete? “Diventerò comunista, e i problemi di tutto il mondo mi riguarderanno”. Il “me” che si identifica con ciò che crede essere più grande, più degno, è ancora l’espressione del “me”.

Tre pii egoisti

(da La mia strada è la tua strada)

L’altro giorno son venuti a trovarmi tre pii egoisti. Il primo era un sanyasi, un uomo cioè che aveva rinunciato al mondo; il secondo, un orientalista e fermo credente nella fratellanza del genere umano; e il terzo un saldo fautore di una meravigliosa utopia. Ognuno dei tre era un fervente apostolo della sua fede e considerava gli atteggiamenti e le azioni altrui un po’ dall’alto, e attingeva forza dalle sue proprie convinzioni. Ognuno amava ardentemente il suo credo e tutti e tre erano, in uno strano loro modo, spietati.

Mi dissero, più di tutti l’utopista, d’essere pronti a rinnegare o sacrificare se stessi e i loro amici per amore della loro fede. Apparivano umili e dolci, segnatamente l’uomo che credeva nella fratellanza, ma mostravano una durezza di cuore e quell’intolleranza peculiare che è caratteristica del superiore. Essi erano gli eletti, i ministri; essi erano gli iniziati e possedevano la verità.

Il sanyasi disse, durante una conversazione molto seria, che si stava preparando alla sua prossima vita. Quella presente, dichiarò, aveva ben poco da offrirgli, perché egli aveva visto in fondo a tutte le illusioni delle cose mondane e abbandonato le vie del mondo. Aveva alcune debolezze personali e certe difficoltà a raccogliersi, aggiunse, ma nella prossima vita egli sarebbe stato l’ideale che si era proposto di essere.

Tutti i suoi interessi, tutta la sua vitalità erano riposti nella convinzione che egli sarebbe stato qualche cosa d'importante nell'altra vita. Chiacchierammo abbastanza diffusamente, ed egli poneva l'accento sempre sul domani, sul futuro. Il passato, disse, esisteva, ma sempre in rapporto al futuro; il presente non era che un passaggio al futuro e l'oggi interessava solo per il domani. Se non ci fosse stato nessun domani, si chiedeva, allora perché affaticarsi? Tanto sarebbe valso vegetare o essere come la mucca pacifica.

Tutta la vita non era che un movimento continuo dal passato, attraverso il presente momentaneo, al futuro. Noi dobbiamo usare il presente, disse, per essere qualche cosa nel futuro: essere saggi, essere forti, essere compassionevoli. Tanto il presente quanto il futuro erano transeunti, ma il domani maturava il frutto. Insistette che l'oggi non è che un mezzo per raggiungere un fine e noi non dovremmo essere troppo ansiosi o esigenti riguardo all'oggi: dobbiamo avere ben chiaro in mente l'ideale del domani e compiere il viaggio con risultati soddisfacenti. Tutto sommato, non poteva sopportare il presente.

L'uomo della fratellanza era più colto e il suo modo di parlare più poetico; sapeva adoperare con abilità le parole ed era del tutto soave e convincente. Egli pure s'era intagliato una divina nicchia nel futuro. Doveva essere anche lui qualche cosa. Idea che gli confortava il cuore e per cui aveva raccolto proseliti. La morte, disse, è una cosa bella, perché porta l'uomo più vicino alla nicchia divina, e ciò rende possibile la vita in questo brutto mondo di lacrime.

Egli era tutto volto a cambiare e abbellire il mondo e operava con ardore per la fratellanza umana. Stimava che l'ambizione, con le sue dipendenti crudeltà e corruzione, fosse inevitabile in un mondo dove occorre agire; e sfortunatamente, se si voleva che si eseguissero certe

attività organizzative, bisognava schierarsi un po’ dal lato della durezza. Operare era importante, perché aiutava il genere umano, e chiunque si opponesse a questo operare andava messo da parte: ma con dolcezza, naturalmente. L’organizzazione di questo operare era del massimo valore e non andava trascurata. «Altri hanno le loro vie» egli disse «ma la nostra è essenziale e chiunque si intrometta non è uno di noi.»

L’utopista era uno strano miscuglio d’idealista e di uomo pratico. La sua Bibbia era non il vecchio, ma il nuovo. Egli credeva implicitamente nel nuovo. Sapeva l’esito del futuro, perché il libro nuovo prediceva quale sarebbe stato. Il suo piano consisteva nel disorientare, organizzare, eseguire. Il presente, disse, era corrotto, andava distrutto e su questa distruzione si sarebbe costruito il nuovo. Il presente andava sacrificato per il futuro. Importantissimo era l’uomo futuro, non quello presente.

«Noi sappiamo come creare l’uomo futuro» disse «possiamo foggiare la sua mente e il suo cuore; ma dobbiamo avere il potere per fare il bene. Sacrificheremo noi stessi e altri per portare in essere uno stato nuovo. Uccideremo chiunque si ponga sulla nostra strada, poiché i mezzi non hanno importanza: il fine giustifica i mezzi.»

Per la pace definitiva, si sarebbe dovuta usare ogni forma di violenza; per la definitiva libertà dell’individuo, la tirannide nel presente era inevitabile.

«Quando avremo il potere nelle nostre mani» dichiarò «ricorreremo a ogni forma di coazione per creare un mondo nuovo senza distinzioni di classe, senza preti. Dalla nostra tesi centrale non ci scosteremo mai; noi vi siamo radicati, ma la nostra strategia e la nostra tattica dipenderanno dalla variabilità delle circostanze. Noi facciamo progetti, organizziamo e agiamo per distruggere l’uomo presente per l’uomo futuro.»

Il sanyasi, l’uomo della fratellanza e l’utopista vivono tutti per il domani, per il futuro. Non sono ambiziosi nel senso mondano, non vogliono grandi onori, ricchezza o riconoscimenti; ma sono ambiziosi in un modo molto più sottile. L’utopista s’identifica con un gruppo che, egli ritiene, avrà il potere di orientare in altro senso il mondo; l’uomo della fratellanza aspira ad essere esaltato e il sannyasi a raggiungere il suo fine. Tutti sono consumati dal loro divenire, dalla loro meta e dalla loro espansione. Essi non vedono che questo desiderio nega la pace, la fratellanza e la felicità suprema.

L’ambizione, sotto ogni specie, (per la comunità, per la salvezza individuale, o per il compimento spirituale), non è che azione posposta. Il desiderio è sempre del futuro; il desiderio di divenire non è che inazione nel presente. L’oggi ha un significato più grande del domani. Nell’oggi è contenuto tutto il tempo e comprendere l’oggi vuol dire essere liberi dal tempo. Il divenire è la continuazione del tempo, del dolore. Il divenire non contiene l’essere.

L’essere è sempre nel presente ed essere è la più alta forma di trasformazione. Il divenire non è che continuità modificata e c’è radicale trasformazione soltanto nel presente, nell’essere.

Lo stato di non conoscenza

Tratto da: Andare incontro alla vita (Ubaldini ed.)

Estratto da un dibattito con gli studenti a Huizen, Olanda, giugno 1967

Domanda: *È vero che in uno stato di intensa consapevolezza, da svegli, si può fare l'esperienza del guardare la rabbia andare e venire dentro di sé senza che essa tocchi la nostra coscienza?*

Krishnamurti: Cerchiamo di stare un po' attenti su questo punto. Lei pensa forse che il sé cosciente sia diverso dalla rabbia? Facciamo un esempio: «Io sono geloso». L'io è forse diverso dalla gelosia? Quella gelosia è forse diversa dalla persona che sta osservando la gelosia? Io sono colui che fa l'esperienza e la cosa di cui faccio esperienza è la gelosia. Chi fa l'esperienza è forse diverso dall'esperienza stessa?

È molto interessante discuterne dal punto di vista di quello che è l'apprendimento. Io sono geloso di te, io sono invidioso di te, e di questa gelosia e di questa invidia voglio imparare tutto, perché quando ne imparo l'intero contenuto, è finita; questi sentimenti non hanno più presa. Allora, in che modo imparo? Che cos'è l'apprendimento? A parte l'imparare una lingua, l'imparare a guidare la macchina e così via, che cos'è l'apprendimento? Quand'è che imparate? Voi imparate quando non sapete niente. Io

imparo una lingua perché non la conosco. Giusto? Se quella lingua la so già, non posso impararla! Vediamo concretamente. Ora – cioè nel presente attivo – stiamo imparando oppure stiamo semplicemente accumulando quello che è stato detto, lo stiamo immagazzinando per ripensarci più tardi? Vedete la differenza?

Abbiamo parlato dei sogni. Voglio conoscermi, voglio conoscere il me che sogna. Ora, in che modo lo faccio: a partire dalla conoscenza che ho acquisito leggendo Jung, Freud, o i teologi?

Domanda: *Dalla lettura di Freud si impara a conoscere Freud.*

Krishnamurti: Proprio così. Imparo a conoscere Freud: non imparo certo a conoscere me stesso. Pertanto, quando conosco me stesso attraverso Freud non sto osservando me stesso; sto osservando l'immagine che Freud ha creato di me. Perciò devo liberarmi di Freud. Ora, però, andiamoci piano: quando osservo me stesso, imparo a conoscermi. Ma se io accumulo la conoscenza che acquisisco di me stesso e poi osservo a partire da quella conoscenza, attuo lo stesso processo dell'osservarmi attraverso Freud. Mi seguite? Allora, posso imparare a conoscermi senza immagazzinare niente? Questo è l'unico modo di imparare, perché il me stesso è sempre in movimento, sempre terribilmente attivo, e di questa attività io non posso imparare niente servendomi di qualcosa di statico, sia che si tratti della conoscenza che ho accumulato di me, o di quella che ho acquisito attraverso Freud. Devo quindi essere libero, non soltanto da Freud ma anche dalla conoscenza che ho accumulato su di me ieri. È una cosa molto complicata, non è soltanto un gioco di parole.

Domanda: *Sembra che lei accantoni la conoscenza e apprenda dai fatti.*

Krishnamurti: Proprio così. Quando voi osservate il fatto senza la conoscenza, allora potete imparare. Altrimenti voi sapete, o credete di sapere. Soltanto così l'apprendimento è creativo; è qualcosa di nuovo. Voi imparate continuamente. Per questo io devo disfarmi non soltanto di Freud e di Jung, ma anche della conoscenza di me che ho acquisito ieri. Chiediamoci prima di tutto: è possibile fare questo?

Domanda: *Lei parla di ieri. Ma ci sono tutte le migliaia di ieri che a livello cosciente abbiamo dimenticato e che tuttavia vivono nell'inconscio. Anche di quelli ci dobbiamo liberare, non è vero?*

Krishnamurti: Sì. Riuscite a farlo?

Domanda: *Penso che ci si può liberare di...*

Krishnamurti: Lei pensa di potere e quindi non sa. Tutto quel che lei può dire è di non sapere. Ora andiamo per gradi; ascolti in silenzio. Approfondisca lo stato della mente che dice: «Non so».

Domanda: *È uno stato di quiete.*

Domanda: *È uno stato aperto.*

Krishnamurti: No, no! Non fate affermazioni. Guardate semplicemente. Ci sono due milioni di anni di retaggio, migliaia e migliaia di esperienze, di impressioni, di situazioni, di conoscenza. Tutto questo è il mio retroterra e io voglio imparare a conoscerlo, spalancarlo e liberarmene, perché tutte quelle cose stanno determinando il mio presente e dando forma al futuro, e così io continuo a vivere in una gabbia. Perciò dico a me stesso: «E una cosa terribile. Devo liberarmene». Non so cosa fare. Non so. Allora mi chiedo: qual è lo stato della mia mente quando dico che non so veramente? Voi e io siamo il risultato di due milioni di anni di condizionamento. Giusto? In questi due milioni di anni sono contenuti non soltanto l'eredità animale, ma il tentativo umano di crescere, di diventare;

sono contenute centinaia di cose. Noi siamo questo. E tutto questo sta operando nel presente e nel futuro. Questa è la corsa cieca in cui sono vissuto. Io osservo questa corsa cieca e dico: «Devo uscirne». Allora chiedo a voi se sapete come fare, e voi non lo sapete; lo chiedo al Papa, ad altre decine e decine di persone, e neanche loro lo sanno. Loro sanno soltanto in base alla propria terminologia; vale a dire, se credete in Gesù Cristo, se credete in Dio, pensate di sapere in base a quello. Perciò io ora mi metto nella condizione di scoprire qual è lo stato della mia mente quando dico: «Io non so veramente». Vi capita mai di dirlo?

Domanda: *In effetti è un'esperienza molto bella.*

Domanda: *È un'esperienza di umiltà.*

Krishnamurti: No, no! Non è affatto un'esperienza. Io non la chiamo esperienza. Non è un'esperienza triste o grande. È un fatto. Non posso dire che è buona o cattiva. È un fatto, come questo microfono. Ho guardato a nord, a sud, a est, a ovest, ho guardato in alto, ho guardato in basso, e veramente non so. Allora che cosa succede?

Domanda: *Continua a cercare una via.*

Krishnamurti: Allora lei non dice più: io non so.

Domanda: *«Io non so» in che modo.*

Krishnamurti: Allora lei sta cercando il come. Io sono prigioniero di due milioni di anni di storia. Non posso avere fede in nessuno – nei salvatori, nei maestri, negli insegnanti, nei preti – perché sono loro che mi hanno chiuso in questa gabbia e io stesso sono parte della gabbia. Non so come uscire. Quando dico «Non so» intendo dire proprio questo, oppure sto cercando una via d'uscita?

Domanda: *intendo dire che non esiste risposta nel repertorio.*

Krishnamurti: Ecco. Il vostro repertorio non contiene una risposta, e quindi voi volete trovare un altro repertorio che contenga una risposta.

Domanda: *Lei sta continuando a cercare una via.*

Krishnamurti: E allora lei è di nuovo nella gabbia. Signori, abbiamo detto «Non so». La nostra mente è confusa ed è a causa di questa confusione che cerchiamo i preti, gli psicologi, i politici. La confusione genera confusione. Perché non dico: «Va bene, sono confuso. Non faccio niente»? Naturalmente andrò in ufficio, continuerò le mie attività quotidiane, ma per la mia confusione psicologica non faccio niente perché mi rendo conto che qualsiasi cosa io faccia creo più confusione. Quindi, da un punto di vista psicologico, rimarrò immobile. Qualsiasi movimento mi riporta in gabbia. Allora, per quanto riguarda la gabbia, riuscite a non fare niente da un punto di vista psicologico?

Ascoltate bene. Se voi non fate niente per uscire dalla gabbia, ne siete liberi. È soltanto l'attività incessante, il fare continuamente qualcosa per uscire dalla gabbia che vi fa rimanere in gabbia. Quando vi rendete conto che le cose stanno così vi fermate, non è vero? Vi astenete da qualsiasi attività. Che cosa significa? Significa che da un punto di vista psicologico siete disposti a morire. Perciò quando voi non sapete, e intendete proprio questo, siete fuori dalla gabbia perché il passato è finito. E quando voi dite continuamente «Sto cercando, sto chiedendo, devo sapere» che il passato continua a ripetersi.

Domanda: *Ma quando si rimane in silenzio...*

Krishnamurti: Ah! Non è rimanere in silenzio. È l'azione più intensa.

Domanda: *Ma quando non sappiamo niente...*

Krishnamurti: Allora possedete voi stessi.

Domanda: *Ma è così poco.*

Krishnamurti: Non è poco. È quel che è stato per due milioni di anni. È la cosa più terribilmente complessa, e voi dovete imparare a conoscerla. O riuscite a farlo in un istante, oppure potrete andare avanti per altri due milioni di anni. Ma consideriamo soltanto cinquant'anni. In questi cinquant'anni noi abbiamo accumulato moltissimo: ci sono state due terribili guerre, i massacri, la brutalità, i dissensi, le separazioni, gli insulti. È tutto qui. Questa è la gabbia. Noi siamo la gabbia; che ne dite, è possibile uscirne in un istante?

Domanda: *In un istante?*

Krishnamurti: Naturalmente, deve accadere in un istante. .E se dite di non poterlo fare è finita. Non avete problemi. Se dite: «È possibile», neanche questo significa niente. Ma se dite: «Io veramente non so cosa fare», senza disperazione, senza amarezza, senza rabbia, allora in quello stato privo di qualsiasi movimento, le porte si spalancano.

Dal Bulletin 18, 1973

Vedere il proprio condizionamento

Tratto da: Può cambiare l'umanità? (Ubaldini ed.)

È possibile per noi esseri umani, esseri umani che vivono nel mondo terribile che abbiamo creato, trasformarci radicalmente? Il problema è tutto qui. Alcuni filosofi e altri hanno affermato che il condizionamento umano non si può cambiare radicalmente; lo si può modificare, rifinire e migliorare, ma la qualità fondamentale del condizionamento non si può alterare. Sono in molti a pensarla così, gli esistenzialisti, ad esempio. Perché accettiamo questo condizionamento? State seguendo, spero, il ragionamento. Perché accettiamo il nostro condizionamento, che ha prodotto un mondo letteralmente folle, dissennato? Dove vogliamo la pace e vendiamo armamenti, dove vogliamo la pace e creiamo divisioni nazionalistiche, economiche, sociali, dove vogliamo la pace e tutte le religioni, le organizzazioni religiose, ci fanno sentire separati come lo sono loro. C'è un'enorme contraddizione tanto all'esterno che dentro di noi. Mi chiedo se ci rendiamo conto di tutto questo dentro di noi, non di quello che succede fuori. La maggior parte di noi sa cosa sta succedendo fuori, non occorre un'intelligenza particolare, basta osservare. E la confusione esterna è in parte responsabile del nostro condizionamento. Ci chiediamo: è possibile trasformare radicalmente questa situazione dentro di noi? Perché solo

allora avremo una buona società, dove non ci si ferisce a vicenda psicologicamente o fisicamente.

Quando ci poniamo questa domanda, che risposta c'è nel profondo? Siamo condizionati, non solo in quanto inglesi, tedeschi o francesi, ma condizionati anche da varie forme di desiderio, credenza, piacere e conflitto, ivi compreso il conflitto psicologico. Tutto questo e altro contribuisce al condizionamento. Prenderemo in esame l'argomento. Ci stiamo chiedendo, stiamo riflettendo insieme, mi auguro, se questo condizionamento, questa prigione umana fatta di pena, di solitudine, di angoscia, di affermazione personale, di pressioni, di soddisfazione, e tutto il resto... questo è il nostro condizionamento, la nostra coscienza, e la coscienza è il suo contenuto... se tutta questa struttura possa essere trasformata. Altrimenti non ci sarà mai pace in questo mondo. Interverrà forse qualche piccola modifica, ma l'uomo continuerà a combattere, a scontrarsi, in perpetuo conflitto con se stesso e con l'esterno. Dunque questa è la nostra domanda. Possiamo rifletterci insieme?

Allora sorge la domanda: "Che fare?". Ci si rende conto di essere condizionati, si è consapevoli, coscienti, di esserlo. Questo condizionamento ha origine dai propri desideri, dalle attività egocentriche, dalla mancanza di un giusto rapporto con gli altri, dal proprio sentimento di solitudine. Si può vivere in mezzo alla gente, si possono avere rapporti intimi, ma c'è sempre questo senso di smarrimento e di vuoto dentro di sé. Tutto questo è il nostro condizionamento, intellettuale, psicologico, emotivo, e anche fisico, naturalmente. Ora, è possibile trasformarlo completamente? Questa, io credo, è la vera rivoluzione. Una rivoluzione senza violenza.

Allora, possiamo farla insieme? Oppure, se uno di noi la fa, se comprende il condizionamento e risolve quel condizionamento mentre l'altro è condizionato, la persona

che è condizionata ascolterà l'altro? Forse qualcuno non è condizionato. Lo ascolterò? E cosa mi spingerà ad ascoltare? Quale pressione, quale influenza, quale ricompensa? Cosa mi spingerà ad ascoltarlo con il cuore, la mente, tutto il mio essere? Perché se si ascolta così completamente, forse una soluzione c'è. Ma a quanto pare non ascoltiamo. Perciò ci chiediamo: cosa porterà un essere umano, che è cosciente del proprio condizionamento, come lo è la maggior parte di noi, se siamo consapevoli in maniera intelligente... cosa lo porterà a cambiare? Per favore, ponetevi questa domanda, scoprite cos'è che porta ciascuno di noi a realizzare un cambiamento, una libertà dal condizionamento. Non a saltare in un altro condizionamento. Per esempio, lascio il cattolicesimo e divento buddhista: lo schema è identico.

Quindi cosa porterà ciascuno di noi... e sono certo che tutti noi vogliamo costruire una buona società... cosa ci farà cambiare? La promessa di un cambiamento si è servita di ricompense: il paradiso, un nuovo tipo di carota, una nuova ideologia, una nuova comunità, una nuova serie di gruppi, di nuovi guru. Oppure di punizioni: se non fai questo andrai all'inferno. Quindi tutto il nostro modo di pensare si basa sul principio di ricompensa e punizione. "Lo farò se ne ricavo qualcosa". Ma quel tipo di atteggiamento, quel modo di pensare, non produce un cambiamento radicale. E un cambiamento del genere è assolutamente necessario. Sono certo che tutti ne siamo consapevoli. Perciò, cosa fare?

Alcuni di voi hanno ascoltato chi vi parla per molti anni; chissà perché. E dopo aver ascoltato, diventa un nuovo tipo di "mantra". Sapete cosa significa quella parola? E una parola sanscrita il cui vero significato è non essere egocentrici, riflettere sul nondivenire. Ecco cosa significa. Abolire l'egocentrismo e riflettere, meditare, osservare se stessi, in modo tale da non diventare qualcosa. Il vero

significato di quella parola è stato sciupato da assurdità come la meditazione trascendentale.

Quindi alcuni di voi hanno ascoltato per molti anni. Ma ascoltiamo davvero, e di conseguenza cambiamo, oppure ci siamo abituati alle parole e ci limitiamo a tirare avanti? Cosa spinge un essere umano che ha vissuto per milioni di anni ripetendo le stesse vecchie abitudini, ereditando gli stessi istinti di autoconservazione, paura, sicurezza, importanza personale con il grande isolamento che produce... cosa lo spingerà a cambiare? Un nuovo dio, una nuova forma di spettacolo, una nuova edizione religiosa della partita di calcio, un nuovo circo equestre con annessi e connessi? Cosa ci farà cambiare? il dolore, a quanto pare, non ha cambiato l'uomo, dato che abbiamo sofferto tanto, non solo individualmente ma anche collettivamente. Come genere umano abbiamo sofferto in misura enorme: guerre, malattia, afflizione, morte. Abbiamo sofferto enormemente, e a quanto pare il dolore non ci ha cambiati. Nemmeno la paura ci ha cambiati, dato che la nostra mente va costantemente a caccia, alla ricerca del piacere, e anche quel piacere e sempre lo stesso in forme diverse, e non ci ha cambiato. Quindi, cosa ci farà cambiare?

Non sembriamo capaci di fare nulla di nostra spontanea iniziativa. Facciamo le cose dietro pressione. Se non fossimo pressati da qualcosa, se non ci fosse l'idea di una ricompensa o di una punizione... ma è ridicolo anche solo pensare a ricompense e punizioni! Se non ci fosse l'idea di un futuro... non so se avete riflettuto su questa faccenda del futuro, che forse è il nocciolo del nostro autoinganno di tipo psicologico, ce ne occupiamo fra un attimo. Se abbandonate idee del genere, che qualità avrà una mente che si confronta senza riserve col presente? Capite la mia domanda? Stiamo comunicando? Vi prego, rispondete sì o no, non so a che punto siamo. Non sto parlando da solo, spero?

Ci si rende conto di aver creato da sé la propria prigione? E per “sé” intendo il risultato del passato, genitori, nonni, e così via... la prigione psicologica ereditata, acquisita, imposta in cui viviamo, E ovviamente l’istinto è quello di evadere dalla prigione. Ci si rende conto di questo, non in teoria, non concettualmente, ma come dato di fatto, un fatto psicologico? Quando si guarda in faccia quel fatto, perché anche allora non c’è alcuna possibilità di cambiamento? Capite la mia domanda?

Il problema è stato affrontato da tutte le persone serie che hanno a cuore la tragedia umana, la sofferenza umana, e che si chiedono perché non cominciamo a fare luce dentro di noi, non diamo spazio alla libertà, alla nostra bontà fondamentale. Non so se avete notato che gli intellettuali, i letterati, gli scrittori, e i cosiddetti leader mondiali hanno smesso di parlare di come costruire una buona società. L’altro giorno parlavo con alcune di queste persone, e il commento è stato: “Sciocchezze, è un’idea antiquata, lascia perdere. L’idea di buona società è superata. È roba vittoriana, ingenuità, sciocchezze. Dobbiamo accettare le cose come sono e conviverci”. E probabilmente per la maggior parte di noi è così. Perciò noialtri, voi e io, che ne parliamo come fra amici, cosa dobbiamo fare?

L’autorità di un altro non produce questo cambiamento, giusto? Se ti accetto come mia autorità perché voglio realizzare una rivoluzione dentro di me, e così realizzare una buona società, l’idea stessa di io che seguo e tu che mi istruisci è la morte della buona società. Capite cosa voglio dire? Non sono buono perché mi dici di essere buono, o perché ti accetto come autorità suprema in fatto di rettitudine e ti seguo. L’accettazione stessa dell’autorità e dell’obbedienza è di fatto la distruzione di una buona società. Non è così? Capite cosa voglio dire? Possiamo approfondire l’argomento?

Se ho un guru... grazie al cielo non ce l'ho, ma se ho un guru e lo seguo, che servizio ho reso a me stesso? Cosa ho fatto per il mondo? Niente. Mi insegnerà qualche sciocchezza sulla meditazione, su questo e quell'altro, e io avrò un'esperienza meravigliosa, leviterò o altre sciocchezze del genere; mentre quello che voglio è costruire una buona società dove si può essere felici, dove c'è posto per l'affetto, per relazioni senza barriere, questa è la mia aspirazione. Ti scelgo come guru, e che ho fatto? Ho distrutto proprio la cosa che volevo, perché, lasciando da parte l'autorità della legge e simili, l'autorità psicologica divide, per sua natura è separativa. Tu là sopra e io qua sotto, tu sali sempre più in alto e anch'io salgo sempre più in alto, per cui non ci incontriamo mai! – [risate] – È ridicolo, certo, ma facciamo davvero così.

Quindi, mi rendo conto che l'autorità, con il suo corollario organizzativo, non mi può liberare? L'autorità dona un senso di sicurezza. "Non so, sono confuso, però tu sai, o almeno penso di sì e tanto basta; investo la mia energia e il mio bisogno di sicurezza su di te, su quello che dici". Poi attorno a questo creiamo un'organizzazione, e l'organizzazione stessa si trasforma in prigione. Capite cosa voglio dire? Ecco perché non bisognerebbe appartenere a nessuna organizzazione spirituale, per quanto promettente, per quanto affascinante, per quanto romantica. Possiamo convenirne, constatarlo insieme? Capite la mia domanda? Constatare insieme il fatto, per cui una volta che l'abbiamo constatato finisce lì. Constatare che – per loro stessa natura – autorità e obbedienza, e l'organizzazione che ne deriva, religiosa o quant'altro, sono separative, tengono in piedi un sistema gerarchico, come appunto accade nel mondo, e dunque fanno parte del carattere distruttivo del mondo: constatare la verità di questo e farla finita. Possiamo farlo? Così che nessuno di noi... mi dispiace... che nessuno di noi faccia più parte di un'organizzazione spirituale, cioè di

organizzazioni religiose: cattoliche, protestanti, induiste, buddhiste, nessuna esclusa.

Appartenere a qualcosa ci dà un senso di sicurezza, è chiaro. Ma appartenere a qualcosa produce invariabilmente insicurezza, perché è per natura separativo. L'uno segue un certo guru, una certa autorità, è cattolico, protestante, e l'altro è qualcos'altro. Perciò non si incontrano mai, anche se tutte le religioni organizzate dicono di collaborare al servizio della verità. Quindi è possibile, ascoltandoci a vicenda, ascoltando il fatto, bandire dal nostro modo di pensare ogni forma di accettazione dell'autorità, dell'autorità psicologica, e quindi le organizzazioni che vi ruotano attorno? Allora cosa accade? Ho lasciato cadere l'autorità perché me lo hai detto tu, o perché vedo la natura distruttiva delle cosiddette organizzazioni? E lo vedo come fatto, e quindi con intelligenza? O mi limito a un'accettazione generica? Non so se mi state seguendo. Se si vede il fatto, la percezione stessa di quel fatto è intelligenza, e in quell'intelligenza c'è sicurezza, non in qualche sciocchezza superstiziosa. Capite cosa sto dicendo? Ditemi, vi prego, ci stiamo incontrando?

PUBBLICO: Si.

Krishnamurti: No, non a parole. A parole è facilissimo perché parliamo tutti l'inglese, il francese, o quel che volete. Se è intellettuale, a parole, non è un incontro. L'incontro c'è quando si vede il fatto insieme.

Ora, possiamo... è una domanda... possiamo osservare il fatto del nostro condizionamento? Non l'idea del nostro condizionamento. Essere inglesi, tedeschi, americani, russi, indiani, orientali, o quel che volete, è una cosa. Il condizionamento fisico, prodotto da cause economiche, dal clima, dal cibo, dal vestiario, e così via. Ma oltre a questo c'è una grossa dose di condizionamento psicologico. Possiamo osservarlo come fatto? Prendiamo la paura. Potete

guardarla? O se al momento non ci riuscite, possiamo guardare le offese che abbiamo subito, le ferite, le ferite psicologiche che abbiamo accumulato, che abbiamo ricevuto fin dall'infanzia. Guardare, non analizzare. Gli psicoterapeuti tornano indietro a esplorare il passato. Ossia, cercano la causa delle ferite ricevute, esaminando e analizzando il movimento globale del passato. Quello che in genere si chiama analisi, in psicoterapia. Ma scoprire le cause serve a qualcosa? E c'è voluto molto tempo, magari anni, è un gioco che facciamo tutti perché non vogliamo mai affrontare il fatto ma preferiamo dire: "Cerchiamo di capire da dove vengono i fatti". Non so se mi state seguendo?

Quindi si investe una gran quantità di energia, e probabilmente di denaro, nell'esame professionale del passato; o nell'esame in proprio, se si è capaci di farlo. E stiamo dicendo che un'analisi di questo tipo è separativa, perché l'analizzatore crede di essere diverso dalla cosa analizzata. Mi seguite? Quindi la divisione è tenuta in piedi dall'analisi, laddove il fatto ovvio è che l'analizzatore è l'analizzato. Capite? Nel momento in cui si riconosce che l'analizzatore è l'analizzato... perché se sei arrabbiato lo sei... l'osservatore è l'osservato. Quando è presente la realtà di fatto, l'analisi non ha più senso, c'è solo una pura osservazione del fatto che accade ora. Capite cosa voglio dire? Potrebbe risultare difficile, perché in generale siamo condizionati al processo analitico, all'autoesame, all'investigazione introspettiva, siamo talmente abituati a questo, condizionati da questo, che la prima reazione di fronte a un'idea nuova può essere di immediato rifiuto o di chiusura. Quindi vi chiederei di esplorare, di esaminare la questione..

Ci stiamo chiedendo: è possibile guardare il fatto così come accade ora... la rabbia, la gelosia, la violenza, il piacere, la paura, quel che sia... guardarlo, non analizzarlo, semplicemente guardarlo; e in quell'osservazione,

l’osservatore si limita a osservare il fatto come qualcosa di separato da “sé”, oppure è il fatto? Non so se è chiaro. Riesco a spiegarmi? Capite la differenza? Generalmente siamo condizionati a credere che l’osservatore sia diverso dalla cosa osservata. Sono stato avido. Oppure, sono stato violento. Al momento della violenza non c’è divisione, è solo dopo che il pensiero ci torna su e si separa dal fatto. Quindi l’osservatore è il passato che guarda quello che succede adesso. Perciò, si può guardare il fatto... che sei arrabbiato, avvilito, solo, quel che sia... guardare il fatto senza l’osservatore che dice: “Sono separato”, e che lo guarda come fosse diverso? O invece riconosce che il fatto è lui, non c’è divisione fra il fatto e lui stesso? Il fatto è lui stesso. Non so se capite.

E cosa accade, perciò, quando si rivela il dato di fatto? Badate, la mia mente è stata condizionata a guardare il fatto, la solitudine, ad esempio... no, siamo partiti dalle ferite dell’infanzia, restiamo su quello. Sono portato, sono stato abituato a credere di essere diverso dalla ferita, giusto? Di conseguenza il mio modo di trattare la ferita sarà o soffocarla e ignorarla, oppure circondarla di una barriera difensiva per non essere ferito di nuovo. Per cui quella ferita mi rende sempre più isolato, sempre più timoroso.

Quindi la divisione si è prodotta perché mi credo diverso dalla ferita. Mi state seguendo? Ma la ferita sono io. Il “me” è l’immagine di me stesso che ho creato, e che è ferita, giusto?

Quindi ho creato un’immagine sulla base dell’educazione, la famiglia, la società, sulla base di tutte le idee religiose riguardo a un’anima, all’essere separati, all’individuo, e via discorrendo. Ho creato un’immagine di me stesso, e quando calpesti l’immagine mi sento offeso. Poi dico che la ferita non sono io, che devo cercare di rimediare a quella ferita. Quindi tengo in piedi la divisione fra la ferita

e me stesso. Ma il fatto è che l'immagine sono io che sono stato ferito. Giusto? Perciò, posso guardare quel fatto? Guardare il fatto che l'immagine è me, e che fino a quando ho un'immagine di me è destinata a essere calpestata. È un fatto. Ma la mente può liberarsi da quell'immagine? Perché è chiaro che fino a quando esiste l'immagine le verrà fatto qualcosa, verrà punzecchiata, e da ciò nascerà una ferita, da cui l'isolamento, la paura, la resistenza, il muro che mi costruisco attorno... tutto questo ha origine dalla divisione fra l'osservatore e l'osservato, ossia la ferita. Questa non è teoria, badate. Non è altro che comunissima osservazione di "sé", quella che all'inizio abbiamo chiamato "consapevolezza di sé".

Allora cosa accade quando l'osservatore è l'osservato... nei fatti, non in teoria... cosa accade? Sono stato ferito fin dall'infanzia, dalla scuola, dai genitori, dagli altri bambini e bambine, capito... sono stato ferito, offeso, al livello psicologico. Mi porto dietro quella ferita per tutta la vita, nascosto, ansioso, spaventato, e so quali sono le conseguenze. E ora vedo che fino a quando l'immagine che ho creato, che è stata costruita, esisterà, ci sarà una ferita. Quell'immagine sono io. Posso guardare quel fatto? Non guardarlo in teoria, ma guardare il fatto concreto che l'immagine è ferita, l'immagine sono io. È chiaro questo? Possiamo incontrarci, riflettere insieme, se non altro su questo punto?

Allora cosa accade? Prima, l'osservatore cercava di rimediare in qualche modo. Ora l'osservatore è assente. Perciò non può far nulla per rimediare. Chiaro? Capite che cos'è successo? Prima, l'osservatore si sforzava di soffocarla, di tenerla sotto controllo, di non venire ferito, di isolarsi, resistere, e via discorrendo: faceva un enorme sforzo. Ma quando si vede il fatto chel'osservatore è l'osservato, cosa accade? Volete che ve lo dica io? Allora non siamo approdati a nulla, allora quello che vi dico non avrà

senso. Ma se ci siamo incontrati, se riflettiamo insieme e arriviamo a questo punto, allora scoprirete da soli che fino a quando c’è sforzo resta in piedi la divisione, giusto? Quindi nella pura osservazione non c’è sforzo, per cui la cosa che è stata prodotta in forma di immagine comincia a dissolversi. Tutto qua.

Conoscenza di sé e meditazione

Tratto da: Verso la liberazione interiore (Guanda ed.)

L'altro giorno, quando ci siamo incontrati qui, parlavamo della necessità di una rivoluzione totale – una rivoluzione che fosse insieme interiore ed esteriore. Dicevamo che l'ordine è essenziale per avere la pace nel mondo; ordine non solo esteriore ma soprattutto interiore. Tale ordine non è mera routine. L'ordine è una entità vivente che non può determinarsi mediante la mera intellezione, mediante le ideologie, con svariate forme di comportamento coercitivo. Dicevamo anche che il pensiero, che è stato il vecchio, non può funzionare senza il modello che ha instaurato nel passato. Il pensiero è sempre il vecchio. Il pensiero non può assolutamente fare ordine, perché l'ordine, come dicevamo, è una entità vivente. Ed è il pensiero che ha arrecato disordine nel mondo.

L'abbiamo approfondito, credo, a sufficienza l'altro giorno. Dicevamo che dobbiamo considerare non che cosa è l'ordine, ma piuttosto che cosa arreca disordine. Perché nel momento in cui siamo in grado di capire che cos'è il disordine, di percepirlo davvero e di vedere, non solo intellettualmente ma effettivamente, l'intera struttura del disordine, allora, nella comprensione totale di quel disordine, verrà l'ordine.

Penso sia importante comprendere questo punto. Poiché la maggior parte di noi ritiene che l'ordine possa essere determinato con la ripetizione e che, se potete recarvi in ufficio per i prossimi quarant'anni, essere un ingegnere o uno scienziato che opera nell'ambito di una routine, state apportando l'ordine. Ma la routine non è ordine: la routine ha generato il disordine. Abbiamo disordine sia esternamente sia internamente. Penso non ci siano dubbi al riguardo. C'è un caos generale, sia all'esterno, sia all'interno. L'uomo brancola nella ricerca di una via d'uscita da questo caos, chiedendo, domandando, ricercando nuovi capi; e se riesce a trovare un nuovo leader, politico o religioso, lo seguirà. Vale a dire che l'uomo è disposto a seguire una routine instauratasi meccanicamente, uno scopo, un sistema.

Ma quando si osserva il modo in cui questo disordine si è originato, si vede che dovunque ci sia stata autorità, specialmente autorità interiore, il disordine è inevitabile. Si accetta l'autorità interiore di un altro, di un insegnante, di un guru, di un libro, e via dicendo. Vale a dire che, seguendo un altro – i suoi precetti, i suoi detti, i suoi comandi e la sua autorità – si spera di determinare l'ordine entro di sé in modo meccanico. Per avere la pace, l'ordine è necessario. Ma l'ordine che noi creiamo nel ricercare o nel seguire un'autorità genera il disordine. Potete osservare ciò che sta avvenendo nel mondo, in special modo in questo paese, dove regna ancora l'autorità, dove l'autorità interna, l'esigenza, l'impulso di seguire qualcuno è fortissimo e fa parte della tradizione, della cultura. Ecco perché vi sono tanti àsrama, grandi o piccoli, che sono veri e propri campi di concentramento. Poiché lì vi si dice esattamente cosa fare. C'è l'autorità dei cosiddetti leader spirituali. E come in tutti i campi di concentramento, cercano di distruggervi, di modellarvi in un nuovo stampo. I comunisti in Russia, i regimi dittatoriali, creano dei campi di concentramento per

mutare l’opinione, il modo di pensare, per forzare la gente. Ed è esattamente ciò che sta accadendo. Più c’è caos nel mondo più sorgono i cosiddetti àsrama, che sono sostanzialmente campi di concentramento per raggirare le persone, per plasmarle, per costringerle entro certi modelli, promettendo loro un futuro meraviglioso. E gli stolti lo accettano. Accettano perché in tal modo hanno una sicurezza psicologica. Il capo, il commissario, il guru, l’autorità dice loro esattamente cosa fare; ed essi lo faranno di buon grado, perché è stato loro promesso il paradiso, o checchessia e, nel frattempo, ne ricavano una sicurezza fisica. Questo tipo di obbedienza meccanica – qualsiasi obbedienza è meccanica – provoca un grande disordine, come si deduce dalla storia e dai casi quotidiani della vita.

Così, per la comprensione del disordine, vanno comprese le cause del disordine. La causa primaria del disordine è il perseguimento o la ricerca di una realtà che qualcun altro promette. Dato che la maggior parte di noi si trova nella confusione, nell’agitazione, preferiamo seguire meccanicamente qualcuno che ci assicurerà una comoda vita spirituale. E una delle cose più singolari che, politicamente, ci si opponga alla tirannia, alla dittatura. Più la gente è liberale, civilizzata, libera e più aborre, detesta la tirannia, politicamente ed economicamente; tuttavia, interiormente accetterebbe l’autorità, la tirannia altrui. Vale a dire, distorciamo le nostre menti, i nostri pensieri e il nostro modo di vivere, per adattarci a un certo modello stabilito da qualcuno come la via che conduce alla realtà. Quando lo facciamo, stiamo distruggendo la chiarezza, perché la chiarezza o la luce deve essere scoperta da sé, non per mezzo di qualcun altro, non attraverso un libro, non grazie a qualche santo. Per lo più, i santi sono esseri umani contorti. Poiché essi conducono la cosiddetta vita semplice, gli altri ne restano fortemente impressionati; ma

le loro menti sono distorte e creano ciò che ritengono sia la realtà.

Ma per comprendere davvero il disordine, si deve comprendere per intero la struttura dell'autorità, non solo interiormente, ma anche esteriormente. Non si può negare l'autorità esterna. È necessaria. È essenziale per ogni società civilizzata. Ma ciò che stiamo dicendo riguarda l'autorità altrui, inclusa quella di chi parla. Può esserci ordine solo quando comprendiamo il disordine che ciascuno di noi apporta, poiché facciamo parte della società; abbiamo creato la struttura della società, e in quella società siamo intrappolati. Noi, come esseri umani che hanno ereditato gli istinti animali, dobbiamo trovare, quali esseri umani, luce e ordine. E non possiamo trovare quella luce e quell'ordine, o quella comprensione, per mezzo di qualcun altro – non importa di chi si tratti – perché le esperienze altrui possono essere false. Ogni esperienza va messa in dubbio, che sia la propria o quella di qualcun altro. L'esperienza è la continuazione di un fascio di memorie, che traduce la risposta a una provocazione sulla base del proprio condizionamento. In altre parole, l'esperienza è – non è vero? – rispondere a una provocazione, e quell'esperienza può rispondere solo conformemente al proprio retroterra culturale. Se sei un hindú, o un musulmano, o un cristiano, sei condizionato dalla tua cultura, dalla tua religione, e quel retroterra si proietta in ogni forma di esperienza. E più sei intelligente nell'interpretare quell'esperienza, maggiormente vieni rispettato, è ovvio, con tutto ciò che ne consegue, tutto il circo.

Dobbiamo, quindi, mettere in discussione, dobbiamo dubitare, non solo dell'esperienza altrui, ma anche della nostra propria esperienza. Ricercare ulteriore esperienza attraverso l'espansione della coscienza, cosa che viene fatta per mezzo di svariate forme di droghe psichedeliche, si situa ancora nell'ambito della coscienza ed è, dunque, molto

limitato. Così, una persona che sia in cerca di una qualsiasi forma di esperienza – in special modo la cosiddetta esperienza religiosa, spirituale – deve non solo metterla in discussione, dubitarne, bensì accantonarla del tutto. Una mente limpidissima, una mente piena d'attenzione e di amore, una simile mente perché dovrebbe necessitare ancora di una qualche esperienza?

Il vero non può essere sollecitato. Potete praticare tutta la preghiera, tutto il controllo del respiro che volete, e tutti quegli stratagemmi che gli esseri umani mettono in atto al fine di scoprire qualche realtà, qualche esperienza, ma la verità non può essere sollecitata. Può scaturirne ciò che è misurabile, ma non l'incommensurabile. E un uomo che persegua ciò che non può essere compreso da una mente condizionata, genera disordine, non solo all'esterno ma anche all'interno.

L'autorità va, dunque, messa completamente da parte, e si tratta di una delle cose più difficili a farsi. A partire dall'infanzia, veniamo guidati dall'autorità – l'autorità della famiglia, della madre, del padre, l'autorità della scuola, dell'insegnante, e così via. È necessario che ci sia l'autorità di uno scienziato, di un tecnologo. Ma la cosiddetta autorità spirituale è una cosa dannosa ed è una delle maggiori cause di disordine, perché è ciò che ha diviso il mondo in varie forme di religioni, in varie forme di ideologie.

Quindi, per liberare la mente da ogni autorità, ci si deve conoscere; deve esserci, cioè, la conoscenza di sé. Non intendo il sé supremo o l''Atman, che sono invenzioni della mente, invenzioni del pensiero, invenzioni scaturite dalla paura. Stiamo parlando di conoscenza di sé: conoscere se stessi realmente come si è, non come si dovrebbe essere; vedere che si è stupidi, paurosi, ambiziosi, crudeli, violenti, avidi; vedere i moventi dietro il proprio pensiero, i moventi dietro la propria azione – cosa che è il primo stadio del

conoscersi. Se non conoscete voi stessi, come opera la struttura della vostra mente, come percepite, che cosa pensate, quali sono i vostri moventi, perché fate certe cose e ne evitate altre, in che modo perseguite il piacere; a meno che non capiate essenzialmente tutto questo, siete capaci di ingannarvi, di far del male, non solo a voi stessi, ma anche agli altri. E senza questa basilare conoscenza di sé, non può esserci meditazione, della quale parlerò tra poco.

Sapete, i giovani in ogni parte del mondo stanno rifiutando, si stanno ribellando contro l'ordine costituito – un ordine che ha reso il mondo brutto, mostruoso, caotico. Ci sono state guerre e, per un lavoro, ci sono migliaia di persone. La società è stata costruita dalla generazione passata, con le sue ambizioni, la sua avidità, la sua violenza, le sue ideologie. La gente, specialmente i giovani, rifiuta tutte le ideologie – forse non in questo paese, perché non siamo abbastanza progrediti, abbastanza civilizzati per rifiutare ogni autorità, ogni ideologia. Ma, nel rifiutare le ideologie, stanno creando il loro proprio modello di ideologia: capelli lunghi, e tutto il resto.

La mera rivolta, dunque, non dà una risposta al problema. Ciò che risponde al problema è fare ordine in se stessi, un ordine vivente, non una routine. La routine è mortale. Entrate in un ufficio non appena uscite dalla scuola secondaria – se ottenete un lavoro. Poi, per i successivi quaranta, cinquant'anni vi recate ogni giorno in ufficio. Sapete che accade a una mente del genere? Avete instaurato una routine, e la ripetete; e incoraggiate vostro figlio a ripeterla. Qualunque uomo al mondo deve ribellarsi contro di essa. Ma voi direte: «Ho una responsabilità; nella situazione in cui mi trovo, non posso abbandonarla, anche se mi piacerebbe farlo». E così il mondo va avanti, ripetendo la monotonia, il tedio della vita, la sua totale vacuità. A tutto ciò l'intelligenza si ribella.

Deve esserci, così, un nuovo ordine, un nuovo modo di vivere, Per realizzare quel nuovo ordine, quel nuovo modo di vivere, dobbiamo comprendere il disordine. È soltanto per mezzo della negazione che comprendete il positivo, non con il perseguimento del positivo. Capite, signori? Quando rifiutate, accantonate ciò che è negativo; quando comprendete per intero il disordine sociologico e interiore che gli esseri umani hanno creato; quando capite che finché ciascun essere umano è ambizioso, avido, invidioso, competitivo, in cerca di posizione, potere, autorità, crea il disordine; e quando comprendete la struttura del disordine – proprio quella comprensione determina la disciplina, una disciplina che non è repressione, né imitazione. Dalla negazione scaturisce la corretta disciplina, che è ordine.

Comprendere se stessi, quindi, è l'inizio della saggezza. La saggezza non si trova nei libri, né nell'esperienza, né nel seguire qualcun altro, né nel ripetere una quantità di banalità. La saggezza perviene a una mente che comprende se stessa, che comprende come è nato il pensiero. Avete mai esaminato o chiesto: qual è l'inizio del pensiero, come si origina il pensiero? Si tratta di una cosa importantissima da capire. Perché se siete in grado di comprendere l'inizio del pensiero, allora forse potete ritrovare una mente che non è oppressa dal pensiero in forma di ripetizione di ciò che è stato. Come dicevamo, il pensiero è sempre vecchio, il pensiero non è mai nuovo. A meno che non scopriate da voi – non ripetere ciò che qualcuno dice, chiunque esso sia – a meno che non scopriate da soli l'inizio del pensiero, come un seme che produce una foglia verde, non vi è possibile trascendere le limitazioni di ieri.

E per scoprire l'inizio del pensiero deve esserci la comprensione di se stessi, ma non mediante l'analisi. L'analisi richiede tempo, come togliere gli strati a una cipolla a poco a poco. Pensiamo di poter comprendere mediante l'analisi, mediante l'introspezione, mediante il

perseguimento di una particolare idea che è sorta ed esaminandone la causa – e tutto ciò richiede tempo. Ora, quando usate il tempo come un mezzo di comprensione, il tempo provoca disordine. Quindi, il tempo è dolore. Capite? Se vi prendete tempo per sbarazzarvi della violenza che è in voi, avete stabilito come meta, come ideologia, che dovete liberarvi di essa e che, per raggiungere tale meta vi occorre del tempo e vi tocca coprire lo spazio tra la violenza e quello stato in cui non c'è violenza. Quando avete tempo per sbarazzarvi della violenza, continuate a spargere i semi della violenza – il che è un fatto evidente. Se dite a voi stessi: «Non sarò ambizioso quando avrò raggiunto il massimo», nel frattempo, state spargendo i semi della crudeltà di un uomo ambizioso. La comprensione di se stessi, quindi, non dipende dal tempo, dev'essere istantanea. L'approfondiremo ancora un po'.

Stiamo dicendo che il mondo, com'è oggi, è nel caos. Ci sono guerre, attività ripetitive, la faccenda delle chiese – tutto ciò ha provocato molto danno nel mondo, il cui perpetuarsi è disordine. Per determinare l'ordine, dobbiamo capire la struttura del disordine. È una delle principali strutture di tale disordine è l'autorità. Seguite l'autorità a causa della paura. Dite: «Io non so; tu sai; per favore, dimmi tu che fare». Non c'è nessuno che ve lo possa dire. Quando ve ne rendete conto, e quando vi accorgete di dover scoprire proprio tutto da soli, interiormente, psicologicamente, allora non c'è leader, non c'è guru, non c'è filosofo, non c'è santo che vi aiuterà, perché essi operano ancora al livello del pensiero. Il pensiero è sempre vecchio; il pensiero non è una guida.

Scopriremo, così, l'origine, l'inizio del pensiero; e questo è importante. Per favore, prestate ascolto, non meramente alle parole. Sapete che cosa vuol dire ascoltare? Che voi ascoltate non al fine di apprendere. Non ascoltate per apprendere, ma fatelo con abnegazione, in modo da vedere

da soli il vero o il falso. Ciò significa che non dovete né accettare né rifiutare. Il che non vuol dire che dobbiate avere una testa bucata, nella quale si possa versare tutto e nulla venga trattenuto. Al contrario, poiché state ascoltando, siete estremamente sensibili e, quindi, assai critici. Ma il vostro giudizio critico non si baserà sulla vostra opinione in quanto opposta a un'altra opinione, il che è il processo del pensiero. Per favore, ascoltate come se ascoltaste quei corvi, senza simpatia o antipatia; ascoltate soltanto il rumore di quel ragazzo che sta martellando qualcosa, senza irritarvi, senza perdere l'attenzione. Quando ascolterete in un modo così completo, scoprirete di non aver nient'altro da fare. Solo l'uomo che sta sulle rive del fiume specula sulla bellezza della corrente. Quando ha abbandonato la riva ed è nella corrente, non c'è alcuna speculazione, alcun pensiero; c'è soltanto movimento.

Per comprendere ciò in cui ci addentreremo – che è l'origine, il principio del pensiero – ci si deve comprendere, ossia, si deve apprendere su se stessi. Acquisire conoscenza su di sé e apprendere su di sé sono due cose diverse. Potete accumulare conoscenza su di voi osservandovi, esaminandovi. E da quel che avete imparato, dall'accumulazione, cominciate ad agire; quindi, in quell'azione state acquisendo ulteriormente. Capite? Quel che avete imparato, quel che avete accumulato è già nel passato. Ogni accumulazione è nel passato, e dal passato cominciate a osservare e ad accumulare ancora. Mentre l'apprendimento non è accumulazione. Apprendimento significa che come vedete, vi mettete ad agire; quindi, non c'è residuo nel vostro apprendimento, ma apprendimento continuo. L'apprendimento è un presente-attivo della parola, non il presente-passato. Apprenderemo, ma non da ciò che è stato accumulato. Nell'imparare una lingua, dovete accumulare. Dovete conoscere le parole, dovete apprendere i vari verbi, e così via; e dopo averli imparati,

cominciate a usarli. Qui non è affatto così. Il vedere un pericolo determina un'azione immediata. Quando vedete un pericolo, un precipizio per esempio, c'è un'azione immediata.

Ciò che faremo, dunque, è scoprire, comprendere l'inizio, l'origine del pensare. E per farlo, dovete ascoltare e lasciarvi andare, il che significa che dovete prestare attenzione. Lattenzione è possibile solo quando state indagando a fondo – vale a dire, quando siete realmente liberi di indagare e non siete vincolati a ciò che la gente ha detto, e così via.

Ora, tutta la vita è energia, è un movimento incessante. E quell'energia nel suo movimento crea un modello che si basa sull'autodifesa e sulla sicurezza – ossia, sulla sopravvivenza. L'energia, il movimento, il restare presi in un modello di sopravvivenza, e la ripetizione di quel modello: questo è il principio del pensiero. Il pensiero è mente. L'energia è movimento, quel movimento che resta invischiato nel modello di sopravvivenza, ed è la ripetizione della sopravvivenza nel senso di piacere, di paura – tale è l'inizio del pensiero.

Il pensiero è la risposta della memoria accumulata, del cumulo di modelli – vale a dire di ciò che fate come hindú, musulmani, parsi, cristiani, comunisti, socialisti, e via dicendo. Il nostro modo di operare si basa su qualche modello, e la ripetizione di quel modello è la ripetizione del pensiero, un ripetersi che avviene più volte. Il che è ciò che fate come hindú, come musulmani o come parsi – il modello instaurato con la ripetizione quale sopravvivenza, nella struttura di una cultura che è hindú, musulmana o parsi. Questo è quanto sta realmente accadendo in ognuno. Il pensiero ha sempre instaurato un modello, e se quello vecchio non è adeguato, ne instaura un altro. Se il capitalismo non funziona, allora funziona il comunismo, che

è un nuovo modello. Oppure, se l'induismo o il cristianesimo non vanno bene, voi strutturate un nuovo modello.

Quindi, la ripetizione di quel modello condiziona le stesse cellule cerebrali, che sono materia. Il pensiero è materia. Lo si può scoprire per conto proprio. Lo dovete scoprire, e non perché chi parla ve lo sta dicendo – il che non avrebbe il benché minimo valore. Sarebbe simile al caso di un uomo affamato a cui si dicesse quant'è meraviglioso il cibo, e che venisse nutrito di teorie. È quanto sta avvenendo in questo paese; siete nutriti di teorie e ideologie – l'ideologia buddhista, l'ideologia hindú, quella di ankaràcàrya, e così via. Le vostre menti, quindi, sono vuote. Vi cibate di parole; ecco il perché del disordine. Ecco perché tutto ciò va scartato, affinché possiamo ricominciare. Per ricominciare occorre capire per intero tale struttura del pensiero. Ora, capite tale struttura del pensiero solo quando cominciate a comprendere voi stessi in quanto movimento vivente – non «comprendere per aggiungere», nel qual caso si tratterebbe di una cosa morta. Siete delle creature viventi nell'ambito della struttura di una cultura, e quella cultura, quella tradizione, quell'autorità vi ha in pugno. E nell'ambito di quella struttura di coscienza risiede il disordine. Comprendere tutto questo processo e andar assai oltre – il che è quanto faremo adesso – è meditazione.

La meditazione non è la formula ripetitiva dei mantra, del respirare con regolarità, del sedere in una qualche postura, praticando la consapevolezza, l'attenzione – tutto ciò è del tutto meccanico. Stiamo parlando di una cosa viva. E voi avete praticato queste cose meccaniche per secoli. Quelli che le hanno praticate sono morti, e le loro visioni sono proiezioni dal loro proprio passato, dal loro proprio condizionamento. Ma noi stiamo parlando di una meditazione viva, non di una meditazione meccanica, ripetitiva, disciplinare. Se non sapete che cos'è la

meditazione – come se non sapete cos'è la morte – non c'è nessuna cultura nuova, non nasce nulla di nuovo.

Sapete, la cultura è una delle cose più meravigliose, ma non la cultura morta della quale parlate continuamente – la cultura indiana, la cultura hindú – perché quella è sepolta, andata, finita. La cultura viva è ciò che sta accadendo realmente adesso. Vedere la confusione, lo sporco, la terribile miseria, e da ciò crescere e fiorire – quella è cultura, non retrocedere ai vostri progenitori morti.

Scopriremo insieme e insieme intraprenderemo un viaggio all'interno di ciò che è la meditazione. Potete porre questa domanda soltanto quando abbiate realizzato la conoscenza di voi stessi. Non potete domandare: «Che cos'è la meditazione?» se non vi conoscete, se non avete una comprensione di voi stessi, se non vi siete presi in esame il più possibile. Come dicevo, «il prendersi in esame» è istantaneo; la totalità di voi stessi è rivelata all'istante, non nel tempo. Potete effettivamente vedere con i vostri occhi un albero, un fiore, un essere umano accanto a voi. Non potete vedere la totalità di quell'albero o dell'essere umano accanto a voi se avete di essi un'immagine. È evidente. E solo quando non c'è l'immagine che potete vedere completamente. L'immagine è l'osservatore, è il centro da cui osservate. Quando c'è un centro da cui voi osservate, c'è uno spazio tra l'osservatore e l'osservato. Non dovete prestare un'attenzione esagerata a quanto viene detto; non avete che da osservarlo voi stessi. Fintanto che c'è un'immagine di vostra moglie, di vostro marito, di un albero, di qualche cosa, è l'immagine il centro che sta guardando. C'è, così, una frattura tra l'osservatore e l'osservato. È importante comprenderlo. L'approfondiremo subito.

Innanzitutto, liberiamoci delle idee errate sulla concentrazione. Una delle asserzioni preferite di colui che

medita o del maestro che pratica o insegna la meditazione è che la gente debba imparare la concentrazione – ossia, concentrarsi su un pensiero, scacciare tutti gli altri e fissare la propria mente soltanto su quell'unico pensiero. Questa è una cosa veramente stupida. Perché, quando lo fate, state meramente opponendo resistenza, state ingaggiando una battaglia tra la pretesa di concentrarvi su una cosa e il vagare della mente a ogni altro genere di cosa. Mentre dovete prestare attenzione non solo all'unico pensiero ma anche a dove divaga la mente, totalmente attenti a ogni movimento della mente. Ciò è possibile solo quando non respingete un qualche movimento, quando non dite: «La mia mente divaga, la mia mente è distratta». Non c'è niente come la distrazione. Perché il divagare della mente è indice del suo essere interessata a qualcos'altro.

Va così compresa l'intera faccenda del controllo. Ma, sfortunatamente, non possiamo addentrarci in essa questa sera, dato che non ne abbiamo il tempo. Noi esseri umani siamo così controllati, siamo delle entità morte. Ciò non vuol dire che dobbiamo lanciarci a fare ciò che vogliamo – cosa che facciamo in ogni caso, di nascosto. Ma, con l'amore, giunge una disciplina. Approfondirò ciò molto rapidamente.

La meditazione non è il controllo del pensiero. La meditazione, quando il pensiero viene controllato, genera nella mente soltanto conflitto. Ma quando comprendete la struttura del pensiero e la sua origine, allora il pensiero non interferirà, come vi ho appena spiegato. Vedrete, perciò, che il pensiero ha il suo posto – ossia, dovete andare in ufficio, dovete recarvi a casa, parlare una lingua: in tal caso il pensiero deve essere all'opera. Ma quando abbiate compreso l'intera struttura del pensare, quella stessa comprensione è disciplina, e non è imitazione, non ha nulla a che fare con la repressione.

Le cellule del cervello sono state condizionate a sopravvivere all'interno di un dato modello, come hindu, musulmano, parsi, cristiano, cattolico o comunista. Poiché per secoli e secoli il cervello è stato condizionato a sopravvivere, ha il modello della ripetizione; così, il cervello stesso diventa il principale fattore di un'indagine senza tregua. Ve ne renderete conto da soli quando l'approfondirete.

Il problema, quindi, è provocare una quiete assoluta nelle cellule cerebrali stesse, il che significa assenza della ricerca di importanza e di permanenza del sé. Capite? Dobbiamo sopravvivere a livello fisico e morire a livello psicologico. È solo quando a livello psicologico avviene la morte dei mille ieri che le cellule cerebrali sono quiete. E ciò non può realizzarsi con nessuna forma di manipolazione del pensiero, di ripetizione di mantra – cosa che è immatura. Ma giunge solo quando comprendete l'intero movimento del pensiero, ossia voi stessi. Le cellule cerebrali si fanno, dunque, straordinariamente quiete, prive di qualsiasi movimento che non sia rispondere alle reazioni esterne.

Essendo, dunque, quieto il cervello stesso, la totalità della mente è del tutto silenziosa, e quel silenzio è una cosa viva. Non è il prodotto di nessun guru, di nessun libro, di nessun àsrama, di nessun leader, di nessuna autorità, di nessuna droga. Potete assumere una droga, una sostanza chimica, per acquietare la vostra mente, oppure ipnotizzarvi al fine di essere quieti. Ma ciò non è la calma viva di una mente che si è addentrata a fondo in se stessa e che è, dunque, tremendamente attenta, estremamente sensibile. È solo una mente simile che può comprendere che cos'è l'amore. L'amore non è desiderio o piacere. Tutto ciò che abbiamo e che chiamiamo amore è desiderio e piacere. «Amo mia moglie, amo il mio Dio», e via dicendo – tutto ciò si basa su paura, piacere e sensazione.

Un uomo che abbia, quindi, compreso e che si sia addentrato davvero in ciò, farà sì che ci sia ordine per prima cosa in se stesso. Se c'è ordine dentro gli uomini, c'è ordine nel mondo. Se ciascuno di voi farà veramente ordine in se stesso, avrete un ordine vivo, una nuova società, una nuova vita. Ma per farlo dovete distruggere i vecchi modelli di vita. I vecchi modelli di vita non possono essere spezzati se non con la comprensione di voi stessi, e da quella comprensione giunge l'amore.

Sapete, l'uomo ha parlato all'infinito dell'amore: ama il tuo prossimo, ama Dio, sii benevolo. Ma attualmente, voi non siete né benevoli, né generosi. Siete talmente concentrati su voi stessi che non avete amore. E senza amore c'è solamente dolore. Non è un semplice aforisma da ripetere, a vostra disposizione. Dovete trovarlo, vi dovete imbattere in esso. A tal fine dovete lavorare duramente. Dovete lavorare con la comprensione di voi stessi, senza sosta, con passione. La passione non è lussuria; un uomo che non sappia che cos'è la passione non conoscerà mai l'amore. L'amore si origina solo quando c'è abbandono totale del sé. E solo l'amore può far sorgere l'ordine, una nuova cultura, un nuovo modo di vita.

Energia, attenzione, consapevolezza, violenza

Da: Il libro della vita (Aequilibrium ed.)

1.

È l’energia stessa che controlla la propria attività

La ricerca della realtà richiede immensa energia. Quando l’essere umano non cerca la realtà, spreca la sua energia facendo dei danni e così induce la società a tenerlo sotto controllo. Ora, è possibile dedicare energia alla ricerca di Dio, della verità, ed essere nello stesso tempo delle persone che, nel portare avanti questo processo di scoperta della verità, comprendono i fatti fondamentali della vita e non possono venire distrutte dalla società?

Vedete, gli esseri umani sono energia e se non cercano la verità la loro energia diventa distruttiva; così la società li tiene sotto controllo e impone loro uno schema che soffoca l’energia di cui dispongono... Forse vi sarete accorti di un altro fatto interessante e molto semplice: quando volete veramente fare qualcosa, ecco che avete a disposizione l’energia che vi serve... E l’energia stessa è in grado di controllare la propria attività; non avete alcun bisogno di imporle dall’esterno una disciplina. Nella ricerca della realtà, l’energia crea il proprio ordine, la propria disciplina. L’essere umano che cerca la realtà si comporta spontaneamente in maniera corretta e questa correttezza non potrà mai essergli imposta né dalla società, né dal governo.

2.

La dualità crea conflitto

Qualsiasi conflitto, che sia fisico, psicologico o intellettuale, e uno spreco di energia. È straordinariamente difficile rendersene conto e liberarsi da ogni conflitto, perché quasi tutti noi siamo stati educati a lottare, a fare sforzi. Questa è la prima cosa che ci insegnano a scuola: fare sforzi. Così continuiamo a lottare e a sforzarci per tutta la vita. Per essere buoni è necessario lottare; bisogna combattere il male, bisogna essere capaci di resistere, di controllarsi. Così, in qualsiasi campo, da quello dell'educazione a quello sociologico o religioso, agli esseri umani si insegna a lottare.

Vi dicono che per trovare Dio dovete lavorare, dovete sottoporvi a una disciplina, dovete praticare degli esercizi, dovete torturare la vostra anima, tormentare la vostra mente e il vostro corpo; dovete rifiutare, reprimere; non dovete guardare certe cose; dovete lottare, lottare sempre per ottenere qualcosa al cosiddetto livello spirituale, che in realtà non è affatto spirituale! così nella società ognuno si preoccupa solo di se stesso e della propria famiglia.

...In qualunque direzione ci muoviamo, noi non facciamo altro che sprecare energia. E questo spreco di energia e fondamentalmente conflitto: un conflitto tra quello che "devo" o "dovrei" fare e quello che "non devo" o "non dovrei" fare. Quando si è creata una dualità, il conflitto diventa inevitabile. Allora bisogna capire la dualità, come si produce e come funziona. È evidente che ci sono l'uomo e la donna, il rosso e il verde, la luce e il buio, l'ato e il basso;

questi sono fatti. Ma quando facciamo uno sforzo per separare l’idea dal fatto, è lì che sprechiamo energia.

3.

La formulazione di un’idea

Se chiedete: “Come faccio a non sprecare energia?”, vi aspettate di poter fare ricorso a un’idea per risparmiare energia. E se vivete secondo quell’idea, così come e stata formulata, vi trovate di nuovo immersi nella contraddizione. Ma se vi rendete conto di come sprecate le vostre energie, capite che la causa principale di questo spreco e il conflitto. c’è conflitto quando avete un problema e non lo risolvete mai, quando vivete nel ricordo di qualcosa che ormai non c’è più, quando vivete attaccati alla tradizione.

È essenziale capire la natura stessa dello spreco di energia e questa comprensione non vi viene da Shankara, da Buddha o da qualche santo, ma dall’effettiva osservazione del conflitto che esiste nella vostra vita quotidiana. Allora, il conflitto determina il piu grande spreco di energia, ma per evitarlo non potete mettervi a sedere pigramente da qualche parte, smettendo di fare qualsiasi cosa. IL conflitto ci sarà sempre finché l’idea sarà più importante del fatto.

4.

Dove c’è contraddizione, c’è conflitto

Potete vedere che la maggior parte di noi vive nel conflitto è nella contraddizione, non solo esteriormente ma anche interiormente. Contraddizione implica sforzo... e uno sforzo e uno spreco di energia. Dove c’è contraddizione, c’è conflitto. E dove c’è conflitto, c’è anche lo sforzo per superarlo, che è un modo per opporsi al conflitto. Quando vi opponete a qualcosa, si genera una certa energia; lo sapete quando opponete resistenza, proprio da questa resistenza scaturisce energia.

Tutte le nostre azioni si basano su un attrito: quello che devo fare incontra la resistenza di quello che non devo fare. Da questa contrapposizione, che è una forma di conflitto, scaturisce energia; ma, se la osservate bene, è un’energia molto distruttiva, non è creativa...

La maggior parte della gente vive nella contraddizione. In quelle persone che possiedono un dono, un talento, come quello di saper scrivere o dipingere, si genera una tensione che consente loro di trovare l’energia necessaria ad esprimersi, a creare, a scrivere, ad essere. Maggiore e la tensione, più forte e il conflitto e piu importante quello che viene prodotto. Questa noi la chiamiamo creazione, ma non lo è affatto. È il risultato del conflitto. Affrontare il fatto che siete in conflitto, che siete in contraddizione, lascia affiorare un’energia che non ha nulla a che fare con la resistenza e il conflitto.

5.

L’energia creativa

La questione è: esiste un’energia che non faccia parte del campo del pensiero, che non nasca dalla contraddizione, che non sia frutto di un’imposizione, che non scaturisca dalla frustrazione per non essere arrivati al successo? Avete capito la domanda? Spero di essere stato chiaro. Perché, se non scopriamo quell’energia che possiede una qualità che non ha nulla a che fare col pensiero e con l’energia frammentaria e meccanica del pensiero, la nostra azione sarà distruttiva, qualunque cosa faremo, sia che ci occupiamo di riforme sociali, che scriviamo ottimi libri, che concludiamo buoni affari, che alimentiamo i nazionalismi o ci dedichiamo alla politica. Chiediamoci se questa energia esiste realmente, non in teoria, perché, quando si tratta di affrontare i fatti, inventarsi delle teorie è davvero un segno di infantilismo e di immaturità. È come quando una persona deve essere operata di cancro: è inutile che vi mettiate a discutere su quali strumenti verrànno usati; dovrete affrontare il fatto che quella persona sarà operata. Allo stesso modo, la mente deve smettere di essere schiava del pensiero. Il pensiero opera nel tempo e produce continuamente invenzioni: qualsiasi genere di apparecchiatura, gli aerei a reazione, i frigoriferi, i razzi, l’esplorazione dell’atomo e dello spazio sono frutto del pensiero e della conoscenza che il pensiero ha accumulato. Tutte queste cose non hanno nulla a che fare con la creazione; inventare non è creare; la capacità di fare qualcosa non c’entra con la creazione. Il pensiero non sarà mai creativo, perché e sempre condizionato e quindi non

sarà mai libero. Solo quell’energia che non è un prodotto del pensiero è creativa.

6.

L’energia suprema

L’idea che ci facciamo dell’energia e del tutto diversa da quel fatto che è l’energia. Usando concetti e formule, vorremmo far affiorare un’energia della più alta qualità. Ma nessuna formula potrà mai trasmettere quella qualità dell’energia che è costante rigenerazione e rinnovamento.

...La forma suprema di questa energia, il suo culmine, e quello stato della mente nel quale non affiora alcuna idea, alcun pensiero, alcuna scelta, alcun motivo. Quello stato e pura energia. Non ci si può mettere a cercare quest’energia. Non potete chiedere: “Dimmi che cosa devo fare per averla, qual e il modus operandi”. Non c’eun modo per ottenerla. Se vogliamo scoprire per conto nostro la natura di quest’energia, dobbiamo cominciare a capire come consumiamo la nostra energia quotidiana, quando parliamo, quando ascoltiamo cantare un uccello o una persona, quando guardiamo un fiume, l’immensità del cielo e gli abitanti di un villaggio, sporchi, affamati, malati; o quando guardiamo un albero che diventa sempre più scuro nella penombra della sera. L’osservazione di qualsiasi cosa è in se stessa energia. Quest’energia la traiamo dal cibo, dai raggi del sole. L’energia fisica di cui disponiamo quotidianamente può ovviamente essere aumentata, migliorata, mangiando cibi di qualità e così via. È necessario preoccuparsi di questo. Ma quando quella stessa energia diventa energia psichica, cioè energia che alimenta il pensiero, e accoglie in sé delle contraddizioni, va completamente sprecata.

7.

L’arte di ascoltare e l’arte dell’abbandono

Qualcuno vi sta dicendo qualcosa e voi ascoltate. È come se vi abbandonaste in quell’ascolto. Nell’atto di ascoltare c’è un abbandonarsi. Vedere un fatto, percepire un fatto, significa abbandonarlo. L’ascoltare un fatto, il guardare qualcosa hanno un effetto straordinario quando non interviene il minimo sforzo del pensiero.

Prendiamo, per esempio, l’ambizione. Abbiamo parlato a sufficienza di quali effetti l’ambizione produce. Una mente ambiziosa non conoscerà mai la simpatia, la pietà, l’amore. Una mente ambiziosa è crudele, a qualsiasi livello, esteriormente, interiormente, spiritualmente. Voi ascoltate un’affermazione del genere. La ascoltate, la interpretate a modo vostro e chiedete: “Come faccio a vivere in questo mondo, che è tutto basato sull’ambizione?”. Questo significa che non avete ascoltato. Avete risposto ad un’affermazione, avete reagito a un fatto; ma non avete guardato Il fatto. Lo avete interpretato, ve ne siete fatti un’opinione. Avete reagito a un fatto, ma non l’avete guardato...

Se possiamo ascoltare senza esprimere valutazioni, senza reagire, senza giudicare, allora certamente il fatto genera quell’energia che distrugge e toglie di mezzo l’ambizione da cui scaturisce il conflitto.

8.

L’attenzione senza resistenza

Sapete che cos’è lo spazio. In questa stanza c’è spazio. Spazio è la distanza che dovete percorrere per arrivare a casa vostra, è la distanza tra il ponte e la vostra casa, tra questa riva e l’altra riva del fiume. Ora, c’è spazio nella vostra mente? Oppure la vostra mente e così affollata che non ha più alcuno spazio? Se nella vostra mente c’è spazio, in quello spazio c’è silenzio e da quel silenzio proviene ogni altra cosa, perché in quel silenzio potete ascoltare, potete fare attenzione senza opporre la minima resistenza. Per questo è molto importante che nella mente ci sia spazio. Se la mente non è affollata, non è occupata senza sosta dal pensiero, allora può ascoltare il cane che abbaia, il rumore del treno che passa su quel ponte lontano ed essere anche pienamente consapevole di quello che una persona sta dicendo qui. Allora la mente e viva, non è morta.

9.

L’attenzione senza sforzo

C’è attenzione quando la mente non è assorbita da nulla? C’è attenzione quando non ci si concentra su alcun oggetto? C’è attenzione quando nella mente non affiorano motivi, pressioni, obblighi? La mente può essere completamente attenta senza escludere nulla? Certamente, solo così c’è attenzione; in ogni altra situazione la mente può solo illudersi di essere attenta. Se potete dare tutta la vostra attenzione a qualcosa senza lasciarvi assorbire e senza alcun senso di separazione, scoprirete che cosa significa meditare, perché in quell’attenzione non c’è il minimo sforzo, non c’è divisione, né lotta, né la ricerca di un risultato. La meditazione è un processo che libera la mente da qualsiasi sistema; consente di essere attenta senza farsi assorbire e senza doversi sforzare per concentrarsi.

10.

Un’attenzione che non esclude nulla

Credo che ci sia differenza tra l’attenzione che è rivolta ad un oggetto e l’attenzione che non ha oggetto. Ci concentriamo su un’idea, su quello in cui crediamo o su un oggetto; ma la concentrazione è un processo che separa. C’è però un’attenzione, una consapevolezza che non producono alcuna separazione. E c’è una scontentezza che non ha alcun motivo, che non è la conseguenza di una frustrazione, che non può essere orientata in una direzione prestabiliita, ne può venire soddisfatta. Forse non sto usando la parola giusta per definire questo stato, ma ritengo che questa straordinaria scontentezza sia essenziale. Sotto qualsiasi altro aspetto si manifesti, la scontentezza diventa immediatamente una ricerca di soddisfazione.

11.

L’attenzione non ha limiti, non ha frontiere

Per educare la mente, dovremmo dare importanza all’attenzione, non alla concentrazione. La concentrazione costringe la mente a focalizzarsi su un punto determinato, mentre l’attenzione non ha frontiere. Quando la mente si concentra, si restringe, si limita entro determinati confini; ma se vogliamo capire la mente nella sua totalità, la concentrazione diventa un ostacolo. L’attenzione non ha limiti, non è ristretta entro i confini della conoscenza. La conoscenza richiede concentrazione e per quanto possa essere estesa, rimarrà sempre chiusa entro i suoi limiti. In quello stato che è attenzione la mente può usare, e usa, la conoscenza, che necessariamente è il risultato della concentrazione. Ma una parte non potrà mai essere la totalità; sommando le varie parti non si arriverà mai alla percezione dell’intero. La conoscenza, che è un processo di accumulo basato sulla concentrazione, non porterà mai alla comprensione dell’incommensurabile. L’intero non potrà mai stare entro i confini di una mente concentrata.

Quindi l’attenzione ha un’importanza fondamentale e non ha nulla a che fare con lo sforzo della concentrazione. L’attenzione e uno stato in cui la mente impara di continuo e in questo stato non c’è un centro ove si accumulano esperienza e conoscenza. Una mente concentrata su se stessa si serve della conoscenza per espandere le proprie ambizioni: così, inevitabilmente, la sua attività è piena di contraddizioni e diventa antisociale.

12.

L’attenzione totale

Che cosa intendiamo per attenzione? C’è attenzione quando forziamo la mente ad essere attenta? Quando dico a me stesso: “Devo fare attenzione, devo controllare la mente ed eliminare ogni pensiero”, questa voi la chiamereste attenzione? È evidente che non lo è. Che cosa succede quando la mente si impone di fare attenzione? Crea una resistenza che impedisce il formarsi di altri pensieri; la mente è occupata a resistere, a respingere i pensieri che si presentano e quindi non è in grado di stare attenta. È così, vero?

Per capire fino in fondo una cosa dovete darle tutta la vostra attenzione. E scoprirete subito quanto sia difficile, perché la vostra mente e abituata a farsi distrarre. Allora dite: “Per Giove, bisogna fare attenzione, ma come devo fare per stare attento?”. Così siete di nuovo alle prese col desiderio di ottenere qualcosa e la vostra attenzion e non potrà mai essere completa... Per esempio, quando vedete un albero, non siete attenti se dite: “Quella è una quercia”. Oppure, quando vedete un uccello, non siete veramente attenti se dite: “Quello e un pappagallo” e subito dopo vi voltate per andare altrove. Dando un nome a quello che vedete, smettete di essere attenti... Mentre se foste pienamente consapevoli, se foste capaci di guardare qualcosa con un’attenzione totale, scoprireste che avviene una completa trasformazione e questa attenzione totale e bene. Non c’è nient’altro al di fuori di questa e non potete ottenerla con la pratica. Esercitandovi potete diventare capaci di concentrarvi, cioè di costruire intorno a voi delle

pareti protettive, che isoleranno “colui che si concentra”. Ma questa non è attenzione, è separazione.

13.

La fine della paura è il principio dell’attenzione

Come è possibile che sorga uno stato di attenzione? Non lo si può produrre con la persuasione, il confronto, la punizione o la ricompensa, che sono tutte forme di coercizione. L’eliminazione della paura è il principio dell’attenzione. La paura esisterà sempre finché ci sarà la spinta ad essere qualcosa, a diventare qualcosa, a cercare il successo, non potendo evitare tutte le frustrazioni e le contraddizioni che questo comporta. Potete insegnare come si fa a concentrarsi, ma non potete insegnare l’attenzione, proprio come non è possibile insegnare la libertà dalla paura. Quando ne comprenderete le cause, la paura verrà eliminata. L’attenzione Sorge spontaneamente quando lo studente wive in un’atmosfera di benessere, quando si sente al sicuro, a suo agio e si rende conto che solo l’amore può portare ad un’azione disinteressata. L’amore non fa confronti e quindi si dissolvono l’invidia e quella tortura che è il cercare di diventare qualcosa.

14.

Non c’è un traguardo da raggiungere

Ci si può esercitare ad essere umili? Se vi rendete conto di essere umili, non lo siete. Voi volete la certezza di essere arrivati. Questo significa che state sempre cercando di arrivare da qualche parte, di conseguire uno stato nel quale nulla vi possa disturbare, nel quale sperimenterete una felicità eterna e una benedizione senza fine. Ma, come dicevo prima, non c’è alcun traguardo da raggiungere, c’è solo un apprendimento costante. Nell’ininterrotto fluire dell’atto di imparare sta la bellezza della vita. Se raggiungete una meta, non avete più nulla da fare. E siccome tutti volete arrivare, o siete arrivati, da qualche parte, non solo nel campo degli affari, ma in qualsiasi campo vi troviate ad agire, scoprite di essere insoddisfatti, frustrati, infelici. Signori, non ci sono traguardi da raggiungere, c’è solo un imparare, che diventa faticoso solo quando accumulate conoscenza. Una mente che ascolta con un’attenzione totale non si preoccupa dei risultati, perché scorre di continuo, è sempre in movimento come un fiume. Una mente simile è inconsapevole delle sue attività, nel senso che non esiste l’alimentazione di un sè, di un “me” che pretende di raggiungere una meta.

15.

La conoscenza non è consapevolezza

La consapevolezza è uno stato nel quale la mente osserva qualcosa senza accettarlo o rifiutarlo; lo guarda per quello che e. Solo se guardate un fiore mettendo da parte le vostre conoscenze botaniche, lo vedrete nella sua interezza; ma quando la mente osserva il fiore attraverso la conoscenza botanica che possiede, non vi consente di vederlo veramente. Nulla impedisce di avere delle conoscenze botaniche, ma se questa conoscenza occupa per intero la mente e la oscura, non potete guardare veramente il fiore che vi sta di fronte.

Così, guardare un fatto significa esserne consapevoli e in questa consapevolezza non c'è scelta, non c'è condanna, non c'è simpatia o antipatia. Ma quasi tutti noi non siamo capaci di questa consapevolezza, perché per tradizione, per abitudine, non affrontiamo mai un fatto mettendo da parte i nostri condizionamenti. Dobbiamo renderci conto di quello sfondo di condizionamenti che si manifesta tutte le volte che siamo di fronte a un fatto. Solo quando l'unica cosa che vi interessa è osservare un fatto, quello sfondo condizionato smette di interferire. Quando il vostro interesse principalè e quello di capire un fatto e vi rendete conto che il vostro condizionamento vi impedisce di comprenderlo, proprio il vostro vitale interesse a capire spazza via il condizionamento.

16.

L’introspezione non è mai completa

Nella consapevolezza c’è solo il presente. Quando siete consapevoli vi rendete conto che l’influenza del passato controlla il presente e modifica il futuro. La consapevolezza e un processo integrale che non crea alcuna divisione. Per esempio, se mi pongo la domanda: “Credo in Dio?”, se sono consapevole, nel momento stesso in cui me la pongo, posso osservare che Cosa mi induce a fare questa domanda; se sono consapevole, percepisco quali sono le forze che mi costringono a porre una domanda del genere. Mi rendo conto della paura e delle tante forme in cui si manifesta; è per paura che i miei antenati hanno creato un’idea di Dio, che hanno trasmesso anche a me. Questa idea si e mescolata con le mie reazioni, così io ho cambiato, ho modificato il loro concetto di Dio. Se sono consapevole, percepisco in tutta la sua interezza quel processo che è il passato e i suoi effetti sul presente e sul futuro.

Quando siamo consapevoli ci rendiamo conto di come sotto l’influsso della paura ognuno di noi si forma il concetto di Dio. Forse c’è stato qualcuno che ha avuto un’esperienza autentica della realtà, di Dio e ne ha parlato ad altri, che si sono avidamente impossessati di questo racconto e hanno dato il via all’imitazione. La consapevolezza è completa in se stessa, mentre l’introspezione rimarrà sempre qualcosa di incompleto. Dall’introspezione scaturisce qualcosa di scadente, di doloroso, mentre la consapevolezza porta sempre con sè entusiasmo e gioia.

17.

Vedere l’intero

Come guardate un albero? Lo vedete nella sua interezza? O lo vedete per intero o non lo vedete affatto. Passandogli accanto potete dire: “Guarda quell’albero, com’è bello!”, “È un mango”, oppure dite: “Non so che alberi siano quelli, forse sono tamarindi”. Quando vi fermate a guardare un albero, non lo vedete mai nella sua totalità; e questo significa che non lo state affatto vedendo.

Accade la stessa cosa con la consapevolezza. Se non vedete come funziona la vostra mente in tutte le sue attività, non potete dire di essere consapevoli. Un albero è fatto di radici, di un tronco, di rami grossi e sottili, di ramoscelli estremamente delicati, di foglie verdi, di foglie morte e di foglie appassite, di foglie brutte e di foglie mangiate dagli insetti, di foglie che stanno per cadere; e poi ci sono i fiori e i frutti. Tutto questo fa parte dell’interezza dell’albero. Similmente, se osservate come funziona la vostra mente proprio come osservereste un albero nella sua interezza, vedrete affiorare l’approvazione, la condanna, la negazione, Il conflitto, il senso di inutilità, la frustrazione, la disperazione e la speranza. Tutto questo fa parte della consapevolezza. Non c’è nulla che debba essere lasciato fuori. Allora siete consapevoli in modo estremamente semplice della vostra mente, osservandola nella sua interezza; non guardate soltanto un angolino del quadro, chiedendovi: “Chi ha dipinto questo quadro?”

18.

Consapevolezza e disciplina

La consapevolezza, quando viene perseguita attraverso una pratica, ed è ridotta ad un'abitudine, diventa noiosa e pesante. La consapevolezza non sottostà alle regole che vorremmo imporle. Seguire una pratica implica istituire un'abitudine, implica fare uno sforzo, esercitare la volontà. Tutto questo esclude la consapevolezza. Dove c'è sforzo c'è distorsione.

Consapevolezza non è soltanto il rendersi conto di quello che è fuori di noi – il volo degli uccelli, le ombre e la luce, il movimento inarrestabile del mare, gli alberi, il vento, il mendicante, le automobili lussuose , ma e anche il rendersi conto di tutto quello che avviene psicologicamente, le tensioni e i conflitti che sono dentro di noi. Voi non condannate il volo di un uccello: lo osservate, ne cogliete la bellezza. Ma quando siete di fronte alla lotta che si scatena dentro di voi, la condannate o la giustificate. Non siete capaci di osservare il vostro conflitto interiore senza pendere da una parte o dall'altra, o senza cercare giustificazioni.

Essere consapevoli dei vostri pensieri, dei vostri sentimenti senza identificarvi, senza reprimerli, non è affatto noioso, non genera sofferenza; se però siete in cerca di un risultato o di un guadagno, allora il conflitto aumenta e vi assale la noia di dover continuare a lottare.

19.

Quando un pensiero fiorisce

In quello stato che è consapevolezza la mente accoglie tutto: i corvi che volano veloci nel cielo, i fiori sui rami, le persone che ti stanno sedute di fronte, i colori dei loro abiti; è una consapevolezza senza barriere, che richiede la capacità di vedere, di osservare, di accogliere il profilo di una foglia, la forma di un tronco; ti permette di accorgerti di come è fatta la testa della persona che ti sta accanto e di vedere che cosa sta facendo. Essere pienamente consapevoli e agire con questa consapevolezza significa essere consapevoli di tutto Il proprio essere. È una mente mediocre quella che possiede qualche capacità particolare, limitata ad un campo specifico, e che cerca di affinare le sue capacità limitate, da cui trae la propria esperienza. Una mente mediocre è limitata, ristretta. Ma quando c'è la con sapevolezza di tutto il proprio essere, che coglie ogni pensiero, ogni sentimento, senza mai limitarli, ma anzi lasciandoli sbocciare e fiorire, questa consapevolezza non ha nulla a che fare con la concentrazione, che può essere sviluppata come una capacità particolare e che quindi sarà sempre limitata.

Far sì che un pensiero o un sentimento fioriscano richiede attenzione, non concentrazione. Quando parlo di far fiorire un pensiero o un sentimento, intendo dire che si debba lasciare ad essi la libertà di manifestarsi per vedere che cosa succede. Qualsiasi cosa per fiorire ha bisogno di libertà, ha bisogno di pace, non può venire repressa. Non potete imprigionarla nelle vostre valutazioni, come quando dite: '"Questo è giusto, questo e sbagliato; dovrebbe essere

così; non dovrebbe essere così”. Così facendo, impedite al pensiero di fiorire. Il pensiero può fiorire solo nella consapevolezza, perciò, se approfondite veramente la questione, scoprirete che il fiorire del pensiero e anche la fine del pensiero.

20.

La consapevolezza passiva

Nella consapevolezza non c'è divenire, non c'è nulla da guadagnare. C'è un'osservazione silenziosa senza scelta, senza condanna, da cui scaturisce la comprensione. Quando, in uno stato nel quale non esiste il minimo sforzo per accumulare o accettare qualcosa, i pensieri e i sentimenti possono affiorare e manifestarsi, c'è una consapevolezza incredibilmente vasta, nella quale gli strati più profondi e nascosti della coscienza rivelano il loro significato. Questa consapevolezza rivela un vuoto creativo che non si può né immaginare ne definire. La vastità della consapevolezza e il vuoto creativo sono una cosa sola, costituiscono un processo unitario, non sono due cose diverse. Quando osservate in silenzio un problema senza condannarlo o giustificarlo, affiora una consapevolezza passiva nella quale il problema viene capito e risolto. La consapevolezza implica una straordinaria sensibilità, nella quale il pensiero smette di fare affermazioni e scopre i suoi limiti. Finché la mente proietta o definisce qualcosa, non potrà esserci creazione. Solo quando la mente ha smesso di creare problemi, quando e calma, vuota, in uno stato di vigile passività, allora c'è creazione. Creazione implica negazione, che però non è l'opposto dell'affermazione. L'essere niente non è antitetico all'essere qualcosa. Un problema esiste solo quando siamo in cerca di un risultato. Quando non cerchiamo più alcun risultato, anche il problema scompare.

21.

Quello che viene veramente capito, non torna più

Nella consapevolezza di sé non c'è bisogno di confessioni, perché questa consapevolezza è lo specchio nel quale tutto si riflette senza la minima distorsione. Ogni pensiero, ogni sentimento, vengono, per così dire, scaraventati sullo schermo della consapevolezza per essere osservati, studiati, capiti. Ma il fluire della comprensione viene interrotto quando cominciamo a condannare, ad approvare, a giudicare, a identificarci. Più si osserva quello schermo – non per dovere o per una pratica imposta, ma perché il dolore e la sofferenza hanno creato un'insaziabile bisogno di capire che porta in sé la propria disciplina – più si osserva quello schermo, piu si fa intensa la consapevolezza che porta con sé una comprensione sempre piu profonda.

... Potete osservare una cosa solo quando questa si muove lentamente; una macchina veloce deve rallentare, se vogliamo studiarne il movimento. Allo stesso modo, si possono studiare e capire pensieri e sentimenti solo quando la mente e in grado di rallentare il proprio funzionamento. E quando la mente risveglia la sua capacità di rallentare il proprio funzionamento, allora può tornare a muoversi molto velocemente. E questo la rende estremamente calma. Quando girano molto rapidamente, le pale di un ventilatore sembrano essere un'unica e solida lamina di metallo. Per noi è molto difficile fare in modo che la mente si muova con una lentezza tale da consentirci di percepire e capire ogni pensiero, ogni sentimento. Tutto quello che viene veramente capito fino in fondo, non si ripresenta più.

22.

La violenza

Che cosa succede quando date tutta la vostra attenzione a quella cosa che chiamiamo violenza? La violenza non è soltanto qualcosa che, servendosi delle fedi e dei condizionamenti, divide gli esseri umani; ma accompagna anche la nostra ricerca di sicurezza personale e la nostra richiesta di protezione rivolta alle istituzioni della società. Si può guardare la violenza con un'attenzione totale? Se la osservate con tutta la vostra attenzione, che cosa succede? Che cosa succede quando dedicate tutta la vostra attenzione a qualcosa, allo studio della storia o della matematica, oppure quando usate tutta la vostra attenzione per guardare vostra moglie o vostro marito? Non so se lo avete mai fatto. Probabilmente la maggior parte di noi incapace di dedicare tutta la propria attenzione a qualcosa. Ma se lo faceste, che cosa accadrebbe? Signori, che cos'è l'attenzione? Certamente, quando dedicate a qualcosa tutta la vostra attenzione c'è cura, c'è riguardo; ma non potete avere riguardo se non c'è affetto, se non c'è amore. E quando siete attenti, e nella vostra attenzione c'è amore, come può esserci violenza? Capite? Formalmente condanno la violenza, cerco di fuggirla o di giustificarla, oppure dico che è naturale che ci sia. Tutto questo però è frutto della disattenzione. Ma quando dedico tutta la mia attenzione a quello che chiamo violenza, e in questa attenzione c'è riguardo, affetto, amore, allora dove è più lo spazio in cui può entrare la violenza?

23.

È possibile porre fine alla violenza?

Che cos’è secondo voi la violenza? È davvero molto interessante chiedersi se un essere umano che viva in questo mondo possa smettere di essere violento. Alcuni gruppi sociali, alcune comunità religiose, hanno cercato di smettere di uccidere gli animali. E altre persone sono arrivate perfino a dire: “Visto che non volete uccidere gli animali, allora perché distruggete i vegetali?”. Andando avanti di questo passo, arrivate ad un punto in cui non potreste più esistere nemmeno voi. Dove traccerete allora la linea di demarcazione? La traccerete arbitrariamente, basandovi sui vostri ideali, sulle vostre immaginazioni, sulle vostre regole, sul vostro carattere, sul vostro condizionamento? Direte: “Arrivero fin lì, ma non andrò oltre”?

Che differenza c’è tra la rabbia e la violenza di una persona e la violenza organizzata di una società, che mette in piedi e mantiene un esercito per andare a distruggere un altro gruppo sociale? Quando parlate di violenza, a quale forma di violenza vi riferite? Oppure vorreste scoprire se l’essere umano possa mai liberarsi dalla violenza, da tutta quanta la violenza e non da qualche suo aspetto particolare?...

Sappiamo che cos’è la violenza; non abbiamo bisogno di parole per descriverla o di azioni per manifestarla. Dopo secoli di cosiddetta civilizzazione io sono ancora un essere umano violento, un essere umano nel quale gli istinti animali sono ancora molto forti. Allora da dove comincio a prendere in considerazione la violenza? Comincio dalla

periferia, cioè dalla società, oppure comincio dal centro, cioè da me stesso? Tu vieni a dirmi che devo smettere di essere violento, perché la violenza e una cosa brutta. Me lo spieghi in tutti i modi e io mi rendo conto che la violenza negli esseri umani è una cosa terribile, sia che esploda fuori di noi o dentro di noi. Ma allora, è possibile eliminarla?

24.

La causa fondamentale del conflitto

Per avere la pace nel mondo, non pensate che basti desiderarla., se poi nelle vostre relazioni quotidiane siete aggressivi, possessivi e alla costante ricerca di sicurezza in questa vita o nell’altra. Dovete capire qual e la causa fondamentale del conflitto, del dolore e toglierla di mezzo. Non vi basta mettervi a cercare la pace fuori di voi. Ma, vedete, noi siamo molto pigri. Siamo troppo pigri per prenderci la responsabilità di capire noi stessi e questa tremenda pigrizia, che in realtà e una forma di presunzione, ci fa pensare che spetti ad altri risolvere il problema e procurarci la pace.

Oppure pensiamo che basti togliere di mezzo quelle persone, che a quanto sembra non sono nemmeno tante, che hanno il potere di scatenare le guerre. Quando una persona e in conflitto dentro di sé, semina il conflitto anche fuori di sé. Solo noi possiamo portare la pace in noi stessi e nel mondo, perché noi siamo il mondo.

25.

Rendetevi conto che siete violenti

Gli aniimali sono violenti. E anche gli esseri umani sono violenti, perché provengono dal mondo animale. Fanno parte del loro essere la violenza, la rabbia, la gelosia, l'invidia, la ricerca del potere e di una posizione di prestigio. Vogliono dominare; sono aggressivi. L'essere umano e violento, come dimostrano migliaia di guerre, e ha sviluppato un'ideologia a cui ha dato il nome di "non-violenza"... Così, quando esplode effettivamente la violenza, come quando scoppia una guerra tra due nazioni, tutti quanti tirano in ballo questa "non-violenza"; un ideale che piace a tutti. Ora, quando siete violenti e tuttavia nutrite un ideale di non-violenza, siete in conflitto. Il vostro continuo cercare di diventare non-violenti fa parte del conflitto. Vi imponete una disciplina che vi impedisca di essere violenti; e anche questo è conflitto, è attrito. Così, quando siete violenti e tuttavia perseguite un ideale di non-violenza, rimanete essenzialmente violenti. La prima cosa da fare non è cercare di diventare non-violenti, ma rendervi conto che siete violenti. È vedere la violenza per quello che è, senza cercare di interpretarla, di disciplinarla, di sopraffarla, di reprimerla; dovreste guardarla come se la vedeste per la prima volta, cioè senza la minima interferenza del pensiero. Ho gia spiegato che cosa voglia dire guardare un albero con innocenza, guardarlo senza farsene alcuna immagine. Ed è proprio così che dovreste guardare la violenza, cioè lasciando da parte l'immagine che la parola stessa evoca. Quando guardate la violenza senza che intervenga il minimo movimento del pensiero, la vedete per la prima volta e quindi la guardate con innocenza.

26.

Libertà dalla violenza

Potete vedere il fatto della violenza, non solo fuori di voi ma anche dentro di voi, senza che si frapponga il tempo tra la percezione e l'azione? Questo comporterebbe che nel momento stesso in cui percepite la violenza, ne sareste liberi. Ne sareste completamente liberi, perché non avreste consentito né al tempo, né ad un'ideologia di intervenire.

Naturalmente non basta che siate piu o meno d'accordo a parole con tutto questo; avete bisogno di meditare profondamente su queste cose. Noi non ascoltiamo mai; la nostra mente, le cellule del nostro cervello sono talmente condizionate dall'ideologia che abbiamo costruito intorno alla violenza, che ci è impossibile guardare direttamente il fatto della violenza. Lo guardiamo attraverso lo schermo di un'ideologia e quindi facciamo intervenire il tempo. Ma nel momento in cui consentite al tempo di intromettersi, impedite che la violenza scompaia. Continuerete a tenervi la violenza, mentre predicate la non-violenza.

27.

La causa principale della violenza

La causa principale della violenza consiste nel fatto che ognuno di noi, dentro di sé, psicologicamente, cerca continuamente la sicurezza. Ognuno di noi vuole sentirsi sicuro psicologicamente, vuole sentirsi interiormente protetto e questa esigenza interiore alimenta una costante richiesta di sicurezza anche fuori di noi. Tutti quanti interiormente vogliamo delle certezze. Per questo ci sono tutte quelle leggi che riguardano il matrimonio, per consentirci di possedere un uomo o una donna mediante una relazione che non rimanga confinata nell'incertezza. E quando questa relazione viene messa in discussione, diventiamo violenti, perché dentro di noi, nella nostra psiche, c'è l'esigenza costante di avere relazioni stabili con qualsiasi cosa. Ma la stabilità, la certezza non esistono in alcuna relazione. Interiormente, psicologicamente, ci piacerebbe essere sicuri, ma non esiste una sicurezza che duri in eterno...

Tutto questo contribuisce a scatenare la violenza, che è tanto diffusa in ogni parte del mondo. Credo che chiunque abbia osservato, anche solo superficialmente, quello che sta succedendo nel mondo, specialmente in questo sfortunato Paese, possa vedere e scoprire dentro di sé, anche senza un grande impegno intellettuale, tutto quello che, proiettato all'esterno, diventa la causa di una spaventosa brutalità, insensibilità, indifferenza, violenza.

28.

Il fatto e che siamo violenti

Vediamo tutti l'importanza di porre fine alla violenza. Ma come faccio a liberarmi personalmente dalla violenza, non solo da quella che si manifesta all'esterno, ma da tutta quanta la violenza che mi porto dentro? Visto che l'ideale della non-violenza non libera la mente dalla violenza, mi aiuterà a eliminarla l'analisi delle cause della violenza?

In fondo questo e uno dei più grossi problemi che ci opprimono. Tutto il mondo è in preda alla violenza, e dilaniato dalle guerre; la struttura stessa della nostra società, che tende costantemente ad accumulare, e fondamentalmente violenta. E se voi ed io dobbiamo essere personalmente liberi dalla violenza, completamente liberi e non liberi a parole, allora che cosa dobbiamo fare senza cadere in un profondo egoismo?

Capite il problema? Se per liberare la mente dalla violenza metto in pratica una disciplina che pretende di controllare la violenza pertrasformarla in "non-violenza", certamente alimenterò pensieri e azioni egoistiche, perché la mia mente sarà continuamente impegnata a cercare di eliminare qualcosa per acquisire qualcos'altro. Tuttavia mi rendo conto di quanto è importante che la mente sia del tutto libera dalla violenza. Allora che devo fare? Non si tratta di sapere come fare a non essere violenti. Il fatto è che siamo violenti e chiedersi: "Come faccio a non essere violento?" crea un ideale che, secondo me, è del tutto inutile. Mentre, se fossimo capaci di guardare la violenza e di comprenderla, allora forse potremmo toglierla completamente di mezzo.

29.

Distruggere l’odio

Il mondo costruito sull’odio sta raccogliendo ora le sue messi. È lì da vedere. Questo mondo di odio è stato costruito dai nostri padri e dai loro antenati; e anche noi vi abbiamo contribuito. L’ignoranza affonda le sue radici in un lontanissimo passato. Questo mondo di odio non si e formato per conto suo; è il risultato dell’ignoranza umana, è il frutto di un processo storico. Anche noi abbiamo contribuito all’opera dei nostri antenati e dei loro progenitori per mettere in moto questo processo di odio, di paura, di avidità. E ora noi facciamo parte di questo mondo finché accettiamo il modo in cui funziona.

Il mondo è l’estensione di voi stessi. Se davvero desiderate distruggere l’odio, allora dovete smettere di odiare. Se volete distruggere l’odio, dovete smettere di alimentarlo nei suoi aspetti più sottili o più grossolani. Finché vi lascerete prendere dall’odio, farete parte di un mondo di ignoranza e di paura. il mondo è un’estensione di voi stessi, è una duplicazione, una moltiplicazione di voi stessi. Il mondo non esiste separatamente dalle persone che lo costituiscono: può esistere come idea, come stato, come organizzazione sociale, ma per formulare quell’idea, per far funzionare un’organizzazione sociale o religiosa, sono necessarie le persone. La loro ignoranza, la loro avidità, la loro paura tengono in piedi la struttura dell’ignoranza, dell’avidità, dell’odio. Se la persona cambia, ci sarà un cambiamento anche in questo mondo di avidità e di odio?... Il mondo è la riproduzione della. vostra incapacità di riflettere, della vostra ignoranza, del vostro odio, della

vostra avidità. Se foste seri, attenti, consapevoli, non solo non avreste piu nulla a che fare con le brutalità che generano dolore e sofferenza, ma trovereste nella vostra comprensione interezza e pienezza.

30.

Voi diventate quello contro cui combattete

Voi diventate quello contro cui combattete... Se io mi arrabbio e anche tu ti arrabbi, che risultato otterremo? Un’arrabbiatura ancora più grande. Tu diventi quello che sono io. Se io sono cattivo e tu a tua volta mi affronti con cattiveria, questo significa che anche tu sei cattivo, per quanto tu possa credere di essere nel giusto. Se io sono brutale e tu per sopraffarmi usi metodi brutali, anche tu sei brutale quanto me. Siamo andati avanti così per migliaia di anni. Esiste una maniera diversa di porsi di fronte all’odio che non sia quella di contrapporgli altro odio? Se per calmare la rabbia che esplode dentro di me uso la violenza, mi sto servendo di un mezzo sbagliato per conseguire un fine giusto, ma in questo modo il fine giusto scompare. In questo modo di agire non c’è comprensione, non c’è alcuna possibilità di trascendere la rabbia. La rabbia va pazientemente studiata e capita; non può essere messa da parte con la violenza. La rabbia può essere l’effetto di un’infinità di cause; sono queste che vanno capite, altrimenti la rabbia non se n’andrà mai.

Noi abbiamo creato il nemico, il bandito, e a nostra volta siamo diventati i nemici; così non sarà mai possibile porre fine all’inimicizia. Dobbiamo capire la causa che crea l’inimicizia e smettere di alimentarla con i nostri pensieri, i nostri sentimenti, le nostre azioni. Questo è un compito veramente difficile, che richiede costante consapevolezza di sé ed un’intelligenza estremamente flessibile. La società, lo stato sono l’esatta espressione di quello che siamo noi.

Il nemico e l’amico sono il frutto del nostro modo di pensare e di agire. Noi siamo responsabili dell’inimicizia che creiamo; quindi è molto più importante essere consapevoli di quello che pensiamo e facciamo, piuttosto che preoccuparci dei nemici e degli amici, perché solo pensando in maniera corretta porremo fine a qualsiasi divisione. L’amore e al di là sia dell’amico che del nemico.

Nella pienezza del mutamento. Una conversazione (Jiddu Krishnamurti – Carlo Suarès)

Suarès: *E' possibile condensare in una breve affermazione quello che le sembra essere il problema principale che si pone dinanzi a noi in questo momento?*

Krishnamurti: Direi che è assolutamente necessario e urgente provocare una radicale rivoluzione nello spirito umano, un reale mutamento dell'intera struttura psicologica dell'uomo.

Suarès: *Comprendo che il suo disegno consiste nel mostrare la necessità di decondizionare lo spirito. Qualunque sia il numero di chi lo ascolta, sembra che lei parli a ciascuno individualmente al fine di trasmettergli questa nozione di necessità e di urgenza. E, secondo lei, questo decondizionamento dello spirito – o della coscienza – può e deve essere totale. Arrivo qui a un punto che pare abbastanza sconcertante: lei afferma che questa modificazione non prende nessun tempo. Evidentemente sorvoliamo sul tempo necessario alla comprensione di una esposizione, quale essa sia. Intende affermare che questo cambiamento radicale non può essere il prodotto di una volontà, né di un processo evolutivo?*

Krishnamurti: Non può prodursi né per l'intervento della volontà, né per quello del tempo. Se fosse il risultato di un processo evolutivo, non lo chiamerei mutamento. Un mutamento è immediato.

Suarès: *Posso ammetterlo. Ma non posso immaginare un mutamento che non implichi insieme ad esso la risultante di tutto il passato. L'uomo modifica il suo ambiente e l'ambiente lo modifica.*

Krishnamurti: No. L'uomo modifica il suo ambiente e l'ambiente modifica la parte dell'uomo che è collegata alla modificazione dell'ambiente, non l'uomo intero, nella sua profondità estrema. Nessuna pressione esteriore può fare ciò: essa non modifica che delle parti superficiali della coscienza.

Suarès: *L'uomo storico…*

Krishnamurti: Se vuole…Nessuna influenza può provocare una mutazione psicologica profonda. Tanto meno un'analisi psicologica, perché ogni analisi si situa nel campo della durata. E nessuna esperienza può provocarla, per quanto esaltata e 'spirituale' sia. Al contrario, più essa appare come una rivelazione, più condiziona. Nei primi due casi – modificazione psicologica prodotta da una pressione esterna e modificazione prodotta attraverso l'analisi o l'introspezione – l'individuo non subisce alcuna trasformazione profonda: non è che modificato, plasmato, riaggiustato in modo da essere adattato al sociale. Nel terzo caso – modificazione condotta da un'esperienza detta spirituale, sia essa conforme a una fede organizzata, sia tutta personale -, l'individuo è proiettato nell'evasione che gli detta l'autorità di qualche simbolo.

Suarès: *Vorrei approfondire un po' questi ultimi punti. Vuole che cominciamo dall'adattamento?*

Krishnamurti: Prima di tutto eliminiamo la distinzione fittizia e troppo comoda tra la coscienza e l'inconscio. Il mondo moderno tende a imporci una grande attività esteriore che ci porta a mettere l'accento sulla coscienza di superficie, detta coscienza, mentre la coscienza profonda è assai raramente chiamata a intervenire, sia nello svolgimento e nell'organizzazione dei nostri affari, sia per le nostre lotte quotidiane, le nostre ambizioni, le nostri aspirazioni, le nostre angosce. Questa intensa polarizzazione della coscienza superficiale rigetta nell'ombra i livelli stratificati in profondità e impedisce loro di manifestarsi. Per quello che concerne il processo analitico, osservi che nessun analista ha mai preteso decondizionare la totalità della coscienza. Una simile proposizione, d'altronde, non può apparire a loro che stravagante. Noti anche che ogni analisi ha per limiti il condizionamento dell'analista stesso. Questo condizionamento dell'osservatore, del censore, del giudice, si oppone necessariamente a ogni mutamento, perché una mutamento a venire è, per definizione, qualcosa che non si conosce, mentre l'analisi ha per fine di condurre tutto nel conosciuto, nelle spiegazioni, nel quadro chiaro e preciso di un'armatura psicologica. Ogni analisi, così come ogni sistema, ha uno scopo, si propone un punto d'arrivo. C'è dunque conflitto tra l'osservatore e ciò che osserva; conflitto che, se il metodo trionfa, va a finire in un adattamento del soggetto. Il mutamento non è possibile se non quando l'osservatore interno è sparito. L'adattamento può darsi di buon grado o attraverso l'operazione di uno psicologo-riparartore incaricato di 'ridurre' le reazioni. Può darsi in favore di una società cattiva, ma in cui ci vien detto che bisogna comunque vivere, oppure di una società ideale come un ordine religioso, o nell'anticipazione di una società a venire. In tutti i casi, c'è l'azione di una forza costringente che si appoggia su una morale sociale, vale a dire uno stato di contraddizione e di conflitto. Ogni società è in sé

contraddittoria. Ogni società esige degli sforzi da parte di quelli che la costituiscono. Ora, contraddizione, conflitto, sforzo, competizione, sono barriere insormontabili che impediscono ogni mutamento.

Suarès: *Perché? Lo dica in poche parole.*

Krishnamurti: Perché mutamento vuol dire libertà. Uno stato di conflitto è l'opposto. Ritorneremo su quello che è la libertà.

Suarès: *Per il momento noi non stiamo altro che esaminando ciò che non è mutamento e non abbiamo finito. Credo che lei abbia sufficientemente introdotto l'argomento dell'adattamento. Passiamo all'evasione nei simboli. Questo interrogativo mi interessa particolarmente.*

Come possono le persone che si dicono serie accettare che i simboli psicanalitici non siano che la degradazione immaginifica di verità da scoprire e che le si deve sciogliere, annullare, allorquando pretendono che i grandi simboli religiosi siano segni immutabili, dei portali bloccati attraverso i quali si sale verso verità superiori? Non c'è gerarchia nei simboli. Ogni simbolo è una caduta.

Krishnamurti: Non c'è immagine simbolica se non nelle parti inesplorate della coscienza. Vado più lontano: le parole non sono che simboli. Bisogna sciogliere le parole.

Suarès: *Le teologie, questi assurdi tentativi di pensare l'impensabile…*

Krishnamurti: Lasciamo le teologie dove sono. Ogni pensiero teologico manca di maturità. Non perdiamo il filo della nostra conversazione. Eravamo all'esperienza e dicevamo che ogni esperienza è condizionante. In effetti, ogni esperienza vissuta – e non mi riferisco solamente a quelle dette spirituali – ha necessariamente le sue radici nel passato, perché non c'è esperienza se non quando c'è riconoscimento.Che si tratti della realtà o del mio vicino,

quello che riconosco implica un’associazione con il passato. Ogni esperienza vissuta è una reazione proveniente da questa associazione. Una esperienza detta spirituale è la risposta del passato alla mia angoscia, al mio dolore, alla mia paura, alla mia speranza. Questa risposta è la proiezione di una compensazione a uno stato miserevole. La mia coscienza proietta il contrario di ciò che è, perché sono persuaso che questo contrario esaltato e felice sia una realtà consolante. Così, la mia fede cattolica o buddhista, costruisce e proietta l’immagine della Vergine o del Buddha e queste fabbricazioni risvegliano una emozione intensa nei medesimi strati inesplorati della coscienza che, avendola fabbricata senza saperlo, la prendono per realtà. Poi si installano come memoria nella coscienza che dice: "Lo so, perché ho avuto un’esperienza spirituale". Allora le parole e i condizionamenti si vitalizzano mutualmente nel circolo vizioso di un circuito chiuso.

Suarès: *Un fenomeno d’induzione.*

Krishnamurti: Il ricordo dell’emozione intensa, di uno choc, dell’estasi, genera un’aspirazione verso la ripetizione dell’esperienza e il simbolo diviene la suprema autorità interiore, l’ideale verso cui tendono tutti gli sforzi. Captare la visione diventa un fine; pensarci senza interruzione e disciplinarsi un mezzo. Ma il pensiero è proprio ciò che crea una distanza tra l’individuo così come è e il simbolo o l’ideale. Simile processo, lungi da decondizionare, è essenzialmente condizionante. Non c’è mutamento possibile se non si muore a questa distanza. Il mutamento è possibile solo allorquando ogni esperienza cessa totalmente. L’uomo che non vive più alcuna esperienza è un uomo risvegliato. Vede quello che succede dappertutto: si cercano sempre esperienze più profonde e vaste. Si è persuasi che vivere delle esperienze è vivere realmente. Abbiamo appena esaminato il processo dell’esperienza e abbiamo visto che ciò che si vive non è la realtà, ma il simbolo, il concetto,

l’ideale, la parola. Viviamo delle parole. Nondimeno, la parola, l’immagine, non è la cosa. Se la vita detta spirituale è un perpetuo conflitto è perché si trasmette la pretesa di nutrirsi di concetti, come se avendo fame ci si potesse nutrire della parola ‘pane’. Per la maggior parte noi viviamo di parole e non di fatti. Di tutti i fenomeni della vita, che si tratti della vita spirituale, della vita sessuale, dell’organizzazione materiale dei nostri affari o dei nostri piaceri, noi ci stimoliamo per mezzo delle parole. Le parole si organizzano in idee, in pensieri, e su questi stimolanti crediamo di vivere tanto più intensamente quanto abbiamo saputo meglio, grazie ad esse, creare distanza tra la realtà (noi, così come siamo) e un ideale (la proiezione del contrario di ciò che siamo). Così giriamo le spalle al mutamento.

Suarès: *Ricapitoliamo i non possum. Finché esiste nella coscienza un conflitto, quale che sia, non si dà mutamento. Finché domina sui nostri pensieri l’autorità della Chiesa o dello Stato, non si dà mutamento. Finché la nostra esperienza personale si erige in autorità interiore, non si dà mutamento. Finché l’educazione, l’ambiente sociale, la tradizione, la cultura, in breve, la nostra civiltà con tutti i suoi congegni ci condiziona, non si dà mutamento. Finché c’è adattamento, non si dà mutamento. Finché c’è evasione di qualunque natura sia, non si dà mutamento. Finché mi sforzo verso un’ascesi, finché credo a una rivelazione, finché ho un’ideale quale esso sia, non si dà mutamento. Finché cerco di conoscermi analizzandomi psicologicamente, non si dà mutamento. Finché c’è sforzo verso un mutamento, non si dà mutamento. Finché c’è un’immagine, un simbolo, delle idee o anche delle parole, non si dà mutamento. Ho detto abbastanza? No, perché giunti a questo punto non posso non essere portato ad aggiungere: finché c’è pensiero, non si dà mutamento.*

Krishnamurti: E’ esatto.

Suarès: *Ma allora, che cos'è?*

Sulla sabbia. Nota su Krishnamurti e Suarès

Federico Battistutta

Vidi uno che si era rifugiato nel deserto.

Non era né eretico né ortodosso.

Non aveva religione, né Dio, né verità, né legge, né certezze.

Chi in questo mondo avrebbe tale coraggio?

Omar Khayyam

1.

Questa quartina del celebre poeta persiano Omar Khayyam la possiamo incontrare nelle prime righe di un testo di p. Giovanni Vannucci in cui viene presentata, sebbene in forma sintetica, l'opera e la figura di Krishnamurti. Ed è fuori di dubbio che difficilmente si sarebbe potuto scovare incipit più pertinente. Ma è bene procedere per gradi: forse qualche lettore si starà domandando chi fosse l'uomo che ha pronunciato le frasi appena lette, quei discorsi così ardui che sembrano non lasciare alcuna via d'uscita, abbandonandoci smarriti lungo strada.

Jiddu Krishnamurti nacque alla fine dell'Ottocento nel sud dell'India. Fu adottato ed educato all'interno del movimento teosofico, i cui membri vollero vedere in lui il veicolo terreno in cui si sarebbe incarnato Maitreya, il futuro "Istruttore del Mondo". Ma non trascorse molto tempo che in modo assolutamente inaspettato Krishnamurti sovvertì ogni attesa e ogni progetto, rompendo con il ridondante credo teosofico, propugnando una ricerca libera da ogni forma, da ogni dipendenza, da ogni organizzazione. Il giorno in cui prese la decisione di sciogliere l'organizzazione che avrebbe dovuto promuovere nel mondo il suo insegnamento, inizierà il discorso con tali parole: "Io sostengo che la verità è una terra senza sentieri, e non potete accostarvici percorrendo un sentiero, appartenendo a una religione o a una setta". Probabilmente in queste poche essenziali parole può essere condensata la sostanza del suo insegnamento, e in fondo il nucleo pulsante riscontrabile nei discorsi, nelle conferenze, negli incontri e nei dibattiti che terrà per oltre cinquant'anni in

varie parti del mondo – fino al sopraggiungere della morte nel 1986 – stanno racchiusi in quella manciata di parole, nella convinta affermazione che la verità altro non è che una radura spaziosa ove nessun sentiero la può insidiare.

Con questo non si pensi che il percorso di Krishnamurti sia stato esente da contraddizioni, godendo di una collocazione così rarefatta e perfetta, come potrebbe apparire ad una prima occhiata. Tutt'altro. A cominciare dall'ambiguità di chi pur rifiutando il ruolo di maestro, con il contorno di discepoli e il resto, ha finito per ritrovarsi per lo più circondato da chi in tale maniera persisteva a trattarlo. E ancora: dall'aver consumato parole e parole, libri su libri, per ripetere null'altro che l'indicibilità della verità, evocando nella memoria dell'ascoltatore i versi di uno dei più potenti testi sapienziali: "Si fanno libri e libri senza fine/ per troppo studio la carne sfiorisce" (Qohelet, 12, 12). Senza dire poi gli agiti, gli inciampi e i limiti umani che in quanto tali delimitano anche in maniera acuta. Si potrebbe proseguire, ma non è questo il punto e in fondo non ci riguarda più di tanto.

2.

Irritazione, dell’imbarazzo o un certo sconcerto può essere affiorato in chi ha seguito riga dopo riga il dialogo fra Krishnamurti e Suarès, sino ai passaggi conclusivi e alla domanda ‘che cos’è’, la quale chiude sì la conversazione, ma lascia aperta l’interrogazione, affidandola alle nostre mani. Rimaniamo pure nello sconcerto, può essere fertile, così come il sostare nella domanda: intraprendendo un simile lavorio di alleggerimento, di sottrazione che cos’è che accade? Senza farne un quesito ozioso di chi sta a guardare gli altri mentre giocano. Ha senso entrare nel discorso e proseguire tale riflessione solo se avvertiamo che quel che cos’è non è mera curiosità, ma ci riguarda, dice anche di noi. E’ vero, non è mia, l’ho trovata, ma posso indossare una simile scarpa perché quell’orma da sempre era lì ad aspettarmi ed ora, mentre cammino, sento che mi appartiene.

Per un verso non c’è poi molta ragione per stupirsi. Tutte le tradizioni religiose, occidentali quanto orientali, possiedono una sorta di approccio negativo per dire appieno l’esigenza di superamento dei limiti del pensiero, delle sue operazioni, come delle sue categorie. Il silenzio radicale di Buddha circa la realtà ultima, ad esempio, non si pone come una forma particolare di risposta – silente, appunto – ma coinvolge e travolge la domanda stessa. Nell’ambito cristiano si suole definire ‘apofatismo’ un approccio simile. Invero, può suscitare la domanda riguardante il fatto quanto un approccio negativo di questo tipo sia imparentato con una sorta di fallimento di quello positivo. Il pensiero discorsivo, logico e analitico, lineare e unidimensionale, percorre la sua strada fino a una soglia e

proprio lì si deve arrestare. Per questo Tommaso d'Aquino, il Divus Thomas, – il quale sosteneva fra l'altro la dimostrabilità dell'esistenza di Dio in base ad argomentazioni che non richiedessero altro che l'ausilio della sola ragione – diceva che a un certo punto bisogna procedere per eliminazione, perché Dio nella sua immensità è più grande di qualunque concetto la nostra intelligenza possa produrre.

E' bene anche vigilare su quanto un approccio del genere stia davvero sotto il segno della via negationis oppure solo in apparenza, come forma. Viene appunto il sospetto che possa divenire all'uopo un rivestimento dell'approccio positivo, il quale sotto mentite spoglie s'insinua, avanzando indebite pretese e ripetendo: non c'è niente da capire, la soluzione c'è già, c'è una meta positiva enunciata e anticipata, sta lì esibita dal pensiero e codificata dalla tradizione, prima ancora che tu possa muovere un passo o battere ciglio. Proprio su questo piano possiamo incontrare le parole di Krishnamurti con i suoi squarci veritieri. Lo scompiglio che ci procurano possono rivelarsi salutari e riportarci a quel camminare da cui non ci siamo mai allontanati, nell'invito a toccare la vita nel punto in cui non è stata toccata da nessuno prima di noi, restituendoci così la pulsazione di quel lieto annuncio che sempre è vivo e palpitante. Nel corso di una conversazione dirà Krishnamurti al suo interlocutore: "Vi fu un uomo, infinitamente più grande di ciascuno di noi, che seguì la propria via che lo condusse al Golgota, senza che si preoccupasse se i discepoli l'avrebbero seguito, o se il suo annuncio sarebbe stato accolto". Ed è con questo richiamo di Krishnamurti all'uomo di Nazareth, i cui anni di esistenza pubblica stanno tutti nelle prima dita di una mano e il cui dramma finale non vorremmo augurare a nessuno, che ci piace concludere queste note. Osservando che proprio quell'uomo non ci ha lasciato niente di scritto e anzi l'unica

volta che si dice l’abbia fatto i segni li tracciò sulla sabbia, a ricordarci che ogni volta che scriviamo qualcosa, per quanto reputiamo possegga fors’anche un supposto valore o si appoggi su qualche ipse dixit, in realtà lo stiamo facendo sempre e comunque sulla sabbia.

3.

Addenda. La conversazione tra Krishnamurti e Suarès, di cui compare la traduzione del secondo di otto colloqui, è apparsa in un libricino dal titolo Entretiens avec J. Krishnamurti, Paris, Le Courier du Livre, 1966. I libri di Krishnamurti sono numerosi e si possono leggere in italiano (per lo più editi da Ubaldini di Roma e Aequilibrium di Milano), così come nell'originale inglese e in diverse altre lingue. Una bibliografia (in parte datata) sull'argomento è di Susunaga Weeraperuma, A bibliography of the life and teaching of Jiddu Krishnamurti, Leiden-Koln-London, Brill, 1974. Una biografia, in parte agiografica, comunque corredata da testimonianze, documenti immagini e lettere è quella di Mary Lutyens, La vita e la morte di Krishnamurti, tr. it., Roma, Ubaldini, 1990. Un breve e ironico quadro del contraddittorio entourage krishnamurtiano, a cui sopra si accennava, lo troviamo nel romanzo di René Daumal, La grande bevuta, tr. it., Milano, Adelphi, 1970, pp. 114-115. Il discorso di Krishnamurti di scioglimento dell'organizzazione e della struttura che doveva promuoverlo come nuovo messia è apparsa e ricomparsa in vari testi; tra i più recenti segnaliamo l'edizione speciale in italiano del "Bollettino della Fondazione Krishnamurti", giugno 1986, pp. 4-10.

Alcune parole anche per presentare colui che è stato uno dei più stimolanti interlocutori di Krishnamurti. Carlo Suarès è nato ad Alessandria d'Egitto nel 1892 e si è sempre dichiarato alessandrino, dicendo in proposito: "E' essere troppo profondamente religioso per essere credente". Successivamente si trasferì a Parigi dove si laureerà in architettura. Lui e la moglie Nadine saranno per

lungo tempo legati a Krishnamurti da una particolare amicizia fino alla metà degli anni Sessanta, quando a causa di alcuni dissidi interni al gruppo che coordinava in Francia gli incontri di Krishnamurti si allontaneranno in modo definitivo. Suarès contribuì con diversi scritti e traduzioni a far conoscere Krishnamurti nel mondo francese. Intorno agli anni Trenta, insieme ad alcuni amici, fra cui il poeta e scrittore Joe Bousquet, elaborerà una sorta di dottrina, chiamata 'présentisme', direttamente ispirata all'insegnamento krishnamurtiano (Cfr: Ph. Lamour, J. Bousquet, C. Suarès, Voie libre, Paris, Au sens pareil, 1930). In italiano è stato tradotto di Suarès, Saggio su Krishnamurti, tr. it., Genova, Lattes, 1929. Successivamente, dopo la rottura con Krishnamurti, rivolgerà sempre di più l'attenzione alle sue radici ebraiche applicandosi allo studio della qabbalah, pubblicando saggi sull'argomento. Tra questi segnaliamo: Le Sepher Yetsira, Genève, Editions du Mont-Blanc, 1968 e Le Cantique des cantiques, Genève, Editions du Mont-Blanc, 1969. Suarès è scomparso nel 1976.

Infine, il volume di Giovanni Vannucci ricordato all'inizio di queste note è: La ricerca della parola perduta, Sotto il Monte, Servitium, 1996 (cap. intitolato "La vita senza stampelle: Krishnamurti", pp. 99-108. Si può anche vedere il cap. "Disarticolare la mente: Carlo Suarès", pp. 230-237).

Tratto da: "La Stella del Mattino", laboratorio trimestrale per il dialogo religioso, n.1, gennaio/marzo 2003. Sito web: www.lastelladelmattino.org/rivista

Imparare su noi stessi – Semplicità e umiltà – Condizionamento

Tratto da: Libertà dal conosciuto (Ubaldini ed.)

Se pensate che sia importante conoscere voi stessi solamente perché io o qualcun altro vi ha detto che è importante, allora temo che qualsiasi comunicazione tra noi termini qui. Ma se siamo d'accordo che è di importanza vitale che noi ci si comprenda completamente allora voi ed io abbiamo un rapporto completamente diverso, allora possiamo portare avanti insieme un piacevole, attento e intelligente studio.

Non richiedo la vostra fede; non pretendo di essere una autorità. Non ho niente da insegnarvi nessuna nuova filosofia, nessun nuovo sistema, non vi è alcuna nuova strada che conduca alla realtà più che alla verità. Qualsiasi forma di autorità, specialmente nel campo del pensiero e della comprensione, è la cosa più distruttiva, più funesta. I capi distruggono i seguaci e i seguaci distruggono i capi. Dovete essere il vostro stesso maestro e il vostro stesso discepolo.

Dovete mettere in dubbio tutto ciò che l'uomo ha accettato come prezioso, necessario.

Se non seguite qualcuno vi sentite molto soli. Siate soli allora. Perché temete di star soli?

Perché siete a faccia a faccia con voi stessi come siete e trovate che siete vuoti, ottusi, stupidi, sgradevoli, colpevoli, ansiosi una entità secondaria, scadente, di seconda mano. Affrontate questa realtà; guardatela, non fuggitela. Nel momento in cui fuggite comincia la paura.

Quando ci analizziamo non ci isoliamo dal resto del mondo. Non è un processo malsano.

In tutto il mondo l'uomo è preso dagli stessi problemi quotidiani di noi, così quando ci analizziamo non siamo affatto esseri nevrotici poiché non vi è alcuna differenza tra l'individuo e la collettività. E questo è un fatto reale. Noi plasmiamo il mondo a nostra immagine. Non perdiamoci dunque in questa battaglia tra la parte e il tutto.

Bisogna che io diventi consapevole di tutto il campo del mio io, che è la consapevolezza dell'individuo e della società. È solamente allora, quando la mente va al di là di questa consapevolezza individuale e sociale, che posso diventare per me stesso una luce che non si spegnerà mai.

Allora da dove cominceremo a comprenderci? Io sono qua, e come devo fare per studiarmi, osservarmi, vedere quello che realmente succede dentro di me? Posso osservare me stesso solo in una relazione poiché tutta la vita è relazione. Non serve a niente sedersi in un angolo a meditare su me stesso. Non posso esistere da solo. Esisto solamente in rapporto con la gente, con le cose e le idee, e nello studio del mio rapporto con le cose esterne e le persone, così come con le cose interiori, comincio a comprendermi. Qualsiasi altra forma di comprensione è solamente un'astrazione e non posso studiarmi in astratto; non sono una entità astratta; quindi devo studiarmi come fatto reale come sono, non come vorrei essere.

La comprensione non è un processo intellettuale. Accumulare conoscenza su voi stessi e imparare su voi stessi sono due cose differenti, poiché la conoscenza che accumulate su voi stessi appartiene sempre al passato e una mente che sia oppressa dal passato è una mente che soffre. Imparare su voi stessi non è come imparare una lingua, una tecnologia, o una scienza in questo caso naturalmente dovete accumulare e ricordare; sarebbe assurdo ricominciare tutto daccapo ma nel campo psicologico imparare è sempre presente e la conoscenza è passato, e poiché molti di noi vivono nel passato e ne sono soddisfatti, la conoscenza diventa per noi straordinariamente importante. Ed è questo il motivo per cui adoriamo chi è colto intelligente, astuto. Ma se imparate ogni momento, ogni minuto, se imparate osservando e ascoltando, se imparate guardando e agendo, allora vedrete che imparare è un movimento costante senza il passato.

Se dite di volervi studiare gradualmente, aggiungendo un po' alla volta, poco a poco, non state studiando voi stessi come realmente Siete ma attraverso una conoscenza acquisita. Lo studiare implica una grande sensibilità. Non c'è sensibilità se esiste un'idea, che sia del passato, che domini il presente. Allora la mente non è più veloce, flessibile, agile. Molti di noi non sono sensibili neanche fisicamente. Mangiamo troppo, non ci preoccupiamo di una giusta dieta, fumiamo troppo e beviamo, dimodoché i nostri corpi diventano grassi e insensibili; la qualità dell'attenzione nell'organismo stesso si fa ottusa. Come può esistere una mente sveglia, sensibile e chiara se lo stesso organismo è ottuso e pesante? Possiamo essere sensibili a certe cose che ci toccano personalmente, ma l'essere completamente sensibili a tutti gli aspetti della vita richiede che non vi sia alcuna separazione tra l'organismo e la psiche. È un movimento totale.

Per comprendere qualcosa dovete viverci insieme, dovete osservarla, dovete conoscerne il contenuto, la natura, la struttura, il movimento. Avete mai provato a vivere con voi stessi? Se sì, comincerete a vedere che non siete statici, ma una fresca cosa vivente. E per vivere con una cosa viva anche la vostra mente deve essere viva. E non può essere viva se è intrappolata da opinioni, giudizi e valutazioni.

Per poter osservare il movimento della vostra mente e del vostro cuore, del vostro intero essere, dovete avere una mente libera, non una mente che è d'accordo o no, che prende posizione nelle dispute, discutendo sulle semplici parole, ma piuttosto una mente che segua con l'intenzione di comprendere una cosa ben difficile da fare poiché molti di noi non sanno come guardare o come ascoltare il nostro stesso essere più di quanto non sappiano come guardare la bellezza di un fiume o ascoltare la brezza tra gli alberi.

Quando condanniamo o giustifichiamo non possiamo vedere chiaramente, e neanche lo possiamo quando le nostre menti ciarlano senza fine; allora noi non osserviamo ciò che è; guardiamo solamente le proiezioni di noi stessi che abbiamo creato. Ciascuno di noi ha una immagine di quello che crediamo di essere o di quello che dovremmo essere, e quella immagine, quel ritratto, ci impedisce nel modo più assoluto di vedere come realmente siamo.

È una delle cose più difficili del mondo guardare qualcosa in modo semplice. Siccome le nostre menti sono molto complesse abbiamo perso il pregio della semplicità. Non intendo semplicità nell'abbigliamento o nel cibo, indossando solamente una fascia intorno ai fianchi o battendo il primato del digiuno o queste sciocchezze immature che i santi coltivano, ma quella semplicità che permette di guardare direttamente le cose senza avere paura che permette di guardare noi stessi come realmente

siamo senza alcuna distorsione di riconoscere quando mentiamo di mentire, e non di nasconderlo o di fuggirne.

Inoltre per comprenderci c'è bisogno di molta umiltà. Se cominciate col dire "Io mi conosco", avete già smesso di studiarvi; oppure se dite: "Non c'è niente di importante da imparare su di me perché sono solamente un fascio di ricordi, idee, esperienze, tradizioni" anche allora avete smesso di studiarvi. Nel momento in cui avete raggiunto qualcosa cessate dì avere quella qualità di innocenza e umiltà; nel momento in cui arrivate a una conclusione o cominciate a indagare partendo dalla conoscenza, voi siete finiti, perché allora trasportate ogni cosa viva in termini di passato. E invece se non avete alcun punto d'appoggio, se non c'è certezza, se non c'è alcuna conquista, c'è la libertà di guardare, di raggiungere. E guardare con libertà è qualcosa di sempre nuovo. Un uomo sicuro di sé è un essere umano morto.

Ma come possiamo essere liberi di guardare e studiare quando le nostre menti dalla nascita alla morte sono regolate da una cultura particolare nel limitato modello del nostro 'io'? Per secoli siamo stati condizionati da nazionalità, casta, cero, tradizione, religione, lingua, educazione, letteratura, arte, costumi, consuetudini, propaganda di ogni tipo, pressioni economiche, dal cibo che mangiamo, dal clima in cui viviamo, dalla nostra famiglia, i nostri amici, le nostre esperienze ogni forma di influenza che vi viene in mente e di conseguenza le nostre reazioni ad ogni problema sono condizionate.

Siete consapevoli di essere condizionati? È questa la prima cosa da chiedersi, e non come liberarsi del condizionamento. Potreste non liberarvene mai, e se dite "devo liberarmene", potete cadere nella trappola di una diversa forma di condizionamento. Siete dunque consapevoli di essere condizionati? Sapete che anche

quando guardate un albero e dite, "quella è una quercia", oppure "quello è un fico del Bengala", il nome dell'albero, che è una nozione botanica, ha talmente condizionato la vostra mente che la parola si frappone tra voi e la reale visione dell'albero? Per venire in contatto con l'albero dovete posarci sopra la vostra mano e la parola non vi aiuterà a toccarlo.

Come sapete di essere condizionati? Cosa ve lo dice? Che cosa vi dice che avete fame? non in senso teorico ma il fatto reale della fame? E allo stesso modo, come scoprite il fatto reale del vostro condizionamento? Non è forse per la vostra reazione a un problema, a una sfida?

Reagire a ogni sfida secondo il vostro condizionamento, ed essendo il vostro condizionamento inadeguato reagite sempre inadeguatamente.

Quando ne diventate consapevoli, questo condizionamento dovuto alla razza, alla religione e alla cultura non genera una sensazione di prigionia? Consideriamo solo una forma di condizionamento, la nazionalità. Diventatene consapevoli completamente, sul serio, e vedete se è una cosa che vi fa piacere o alla quale preferite ribellarvi, e se preferite ribellarvi, vedete se volete rompere col vostro condizionamento. Se siete soddisfatti del vostro condizionamento naturalmente non farete niente contro di esso, ma se non ne siete soddisfatti quando ne diventate consapevoli, comprenderete che non agite mai al di fuori di esso. Mai! E quindi vivete sempre nel passato con ciò che è morto.

Potete vedere quanto siete condizionati solamente quando compare un conflitto nella continuità del piacere o nell'assenza del dolore. Se intorno a voi ogni cosa è perfettamente felice, vostra moglie vi ama, voi l'amate, avete una casa bella, bei bambini e molti soldi, allora non siete affatto consapevole del vostro condizionamento. Ma

quando sorge lo scompiglio quando vostra moglie si interessa a qualcun altro o perdete i vostri soldi o siete minacciati dalla guerra o dall'ansia allora scoprite di essere condizionati. Quando lottate contro ogni scompiglio o vi difendete da minacce interiori o esteriori, allora sapete di essere condizionati. E poiché molti di noi sono turbati per la maggior parte del tempo, sia da fatti superficiali che da quelli più profondi, proprio questo turbamento indica che siamo condizionati. Finché l'animale viene coccolato reagisce con dolcezza, ma quando lo si maltratta tutta la violenza della sua natura viene alla luce.

Siamo turbati dalla vita, dalla politica, dalla situazione economica, dall'orrore, brutalità e sofferenza che regnano nel mondo come in noi stessi, e da ciò comprendiamo quanto fortemente siamo condizionati. E che dovremmo fare? Accettare questo turbamento e vivere con esso come molti di noi fanno? Abituarci ad esso come ci si abitua a vivere col mal di schiena? Sopportarlo?

In tutti noi c'è la tendenza a sopportare le cose, ad abituarci ad esse, a darne la colpa alle circostanze. "Ah, se le cose andassero bene sarebbe diverso", diciamo; oppure, "Datemi l'opportunità ed io realizzerò i miei sogni"; oppure, "Sono distrutto da tutta questa ingiustizia", dando sempre la colpa dei nostri problemi ad altri o all'ambiente o alla situazione economica.

Se ci si abitua a questo turbamento vuol dire che la propria mente è diventata ottusa, proprio come succede quando ci si abitua talmente alla bellezza che ci circonda da non esserne più colpiti. Si diventa indifferenti, duri e incalliti, e la propria mente diventa sempre più ottusa.

Se non riusciamo ad abituarci ad esso tentiamo di fuggirlo prendendo la droga, aderendo a un movimento politico, vociando, scrivendo, andando a vedere una partita

di pallone o andando in un tempio o in una chiesa o trovando altre forme di divertimento.

Per quale motivo fuggiamo dai fatti reali? Abbiamo paura della morte consideriamolo un semplice esempio e inventiamo ogni possibile teoria, speranza, fede, per mascherare il fatto della morte, ma la morte è sempre li. Per comprendere un fatto dobbiamo fronteggiarlo, non fuggirlo. Molti di noi temono la vita quanto la morte. Temiamo per la nostra famiglia, abbiamo paura della pubblica opinione, di perdere il lavoro, la sicurezza, e centinaia di altre cose. Il semplice fatto è che siamo spaventati, e non che siamo spaventati da questo o quello. Perché dunque non possiamo fronteggiarlo?

Potete fronteggiare qualcosa solo nel presente, e se non gli permettete di essere presente perché voi lo state sempre fuggendo, non potrete mai fronteggiarlo, e poiché abbiamo ideato un intero sistema di fuga restiamo intrappolati nell'abitudine di fuggire.

Ora, se siete veramente sensibili, veramente seri, sarete consapevoli non solamente del vostro condizionamento ma anche dei pericoli in cui esso si risolve, e delle brutalità e odio che esso genera. Perché dunque se vedete il pericolo che deriva dal condizionamento, non agite? È forse perché siete pigri, come se la pigrizia fosse mancanza di energia? Tuttavia non vi mancherebbe l'energia se vedeste un immediato pericolo fisico, come un serpente sul sentiero, o un precipizio, o un incendio. Perché dunque non agite quando vedete il pericolo che deriva dal condizionamento? Nel caso che vi rendeste conto che il nazionalismo è un pericolo per la vostra sicurezza, non agireste?

La risposta è che non vedete. Vi potreste accorgere che il nazionalismo conduce all'autodistruzione attraverso un processo di analisi intellettuale, ma non vi sarebbe alcun

contenuto emotivo. Diventate vitali solamente quando c e un contenuto emotivo.

Se vedrete il pericolo del vostro condizionamento solo come un concetto intellettuale non farete mai niente. Nella visione del pericolo come semplice idea sorge un conflitto tra l'idea e l'azione e quel conflitto vi priva della vostra energia. È solo quando vedete immediatamente il condizionamento e il pericolo che ne deriva, come se vedeste un precipizio, che agite. Così vedere è agire.

Molti di noi camminano nella vita disattenti, reagendo senza pensare, in conformità con l'ambiente in cui sono cresciuti, e simili reazioni generano solamente ulteriore schiavitù, ulteriore condizionamento, ma nel momento in cui presterete totale attenzione al vostro condizionamento vedrete che siete completamente liberi dal passato, che esso se ne scorre via naturalmente.

"Siate semplicemente consapevoli"

Da: Sulla mente ed il pensiero (Astrolabio ed.)

Bombay, 28 febbraio 1965

Vi prego di prestare ascolto a ciò che sto per dire. Fatelo mentre parlo. Non pensate a farlo, ma fatelo ora. Ecco, siate consapevoli degli alberi, delle palme, del cielo; ecco il corvo che gracchia; guardate la luce sulle foglie, il colore di quel sari, di quel volto, e poi tornate a voi, interiormente. Potete osservare, potete essere consapevoli incondizionatamente delle cose all'esterno, è molto facile. Ma portare l'attenzione a noi stessi ed essere ugualmente consapevoli, senza condannarci, né giustificarci, senza paragonarci a qualcun altro, è molto più difficile. Siate semplicemente consapevoli di ciò che accade dentro di voi, le vostre convinzioni, le paure, i dogmi, le speranze, le frustrazioni, le ambizioni e tutto il resto. Allora lo svelarsi del mondo conscio e inconscio comincia. Non dovete fare nulla.

Siate semplicemente consapevoli; questo è tutto ciò che dovete fare, senza giudizi, senza forzature, senza cercare di cambiare ciò di cui diventate consapevoli. Allora noterete che è come quando sale la marea, non potete impedire a una marea di arrivare; potete costruire un muro, potete fare quello che volete, ma la marea giungerà con la sua

energia dirompente. Allo stesso modo, se siete consapevoli in modo incondizionato, l'intero campo della coscienza comincia a schiudersi. E mentre si schiude, dovete seguirlo, e ciò diventa incredibilmente difficile: seguire nel senso di stare con il movimento di ogni pensiero che sorge, di ogni sensazione, di ogni desiderio segreto. Diventa molto difficile nel momento in cui vi opponete, nel momento in cui dite: "Questo è spiacevole", "questo è bene", "questo è male", "tratterrò questo", "rifiuterò quest'altro".

Perciò, cominciate con le cose all'esterno e poi muovete dentro di voi. Allora troverete, nell'interiorità, che esterno e interno non sono due cose diverse, che la consapevolezza di ciò che è all'esterno non è differente da quella rivolta all'interno, che entrambe sono la stessa cosa. Allora scoprirete che vivete nel passato; che non c'è mai un momento di vita attuale, presente; solo quando né il passato né il futuro vengono a esistere si è nel momento attuale. Scoprirete che vivete sempre nel passato, nei ricordi: ciò che avete vissuto, ciò che eravate, quanto eravate intelligenti, bravi, cattivi. Questa è la memoria. È per questo che dovete comprendere la memoria, non negarla, sopprimerla, o fuggirla. Se qualcuno ha fatto un voto di celibato, e si ricorda continuamente di quella decisione, quando smette di trattenere quel ricordo, o se ne scorda, si sente in colpa e questo soffoca la sua vita.

Allora voi cominciate a osservare ogni cosa, e per questo motivo diventate molto sensibili. Perciò, nell'ascoltare (cioè nell'osservare non solo il mondo esterno, i gesti esterni, ma anche la mente al suo interno, che vede e che, di conseguenza, sente, prova sensazioni), nell'essere così incondizionatamente consapevoli, allora non si genera alcuno sforzo. E di grande importanza comprenderlo.

Da La sola rivoluzione

È forse il sesso un prodotto dal pensiero? Il sesso, il piacere, la delizia, la compagnia, la tenerezza in esso implicita, tutto ciò è un ricordo rafforzato dal pensiero? Nell'atto sessuale vi è un senso di dimenticanza di sé, di abbandono, un senso di non presenza della paura, dell'ansia, delle preoccupazioni della vita. Ricordandovi di questo stato di tenerezza e di autoabbandono, e desiderandone la ripetizione, ci riflettete su, per così dire, fino all'occasione successiva. Si tratta di tenerezza o di un mero ricordo di qualcosa che non è più e che, attraverso la reiterazione, sperate di catturare nuovamente? Non è forse la ripetizione di qualcosa, per quanto piacevole possa essere, un processo distruttivo?

Il giovane immediatamente replicò: "Il sesso è un bisogno biologico, come lei stesso ha affermato, e se è distruttivo, allora, non è forse anche mangiare ugualmente distruttivo, dato che anche questa è una necessità biologica?".

Se si mangia quando si è affamati, allora è una cosa, ma se si e affamati e il pensiero dice: "Devo provare il gusto di questa e di quell'altra pietanza", allora questo non è appetito, è pensiero, ed è proprio questa la ripetizione distruttiva.

"Come si fa a sapere, nel sesso, quando si tratta di un bisogno biologico, come nel caso dell'appetito, e quando è una richiesta psicologica, come nell'ingordigia?", riprese il giovane.

Perché divide in bisogni psicologici e biologici? E vorrei porle anche un'altra domanda, un quesito completamente diverso: perché separa il sesso dalla bellezza di una montagna, dall'incanto di un fiore? Perché dà questa enorme attenzione a una cosa e trascura completamente l'altra?

“Se il sesso è qualcosa di molto diverso dall’amore, come sembra che lei voglia dire, allora che bisogno c’è di fare qualcosa a proposito del sesso?”, chiese il giovane.

Non abbiamo mai detto che l’amore e il sesso sono due cose separate. Abbiamo detto che l’amore è intero, che non va frammentato, e che il pensiero, per sua stessa natura, è divisivo. Quando il pensiero domina, è ovvio che non c’è posto per l’amore. L’uomo generalmente conosce, forse conosce solamente, il sesso del pensiero, che altro non è se non il ruminare sul piacere e sulla sua ripetizione. Perciò, dobbiamo chiederci, esiste un’altra forma di sesso che non sia del pensiero o del desiderio?

Il sannyasi (monaco) aveva ascoltato fin qui con tranquilla attenzione e, a questo punto, prese la parola: “Io ho resistito al sesso, ho anche preso dei voti di castità, perché con l’aiuto della tradizione, e per averci ragionato su, ho potuto constatare che si ha bisogno di molta energia per una vita consacrata alla religione. Ma ora mi accorgo che questa resistenza ha assorbito una gran bella quantità d’energia. Ho passato più tempo a resistere, e sprecato più energia in questo sforzo, di quanta ne avrei potuta sprecare nel sesso. Ciò che lei ha detto, ovvero che un conflitto di qualsiasi tipo è uno spreco d’energia, ora diventa chiaro. Il conflitto e il resistere sono di gran lunga più inaridenti del vedere il volto di una donna, o forse del sesso stesso”.

C’è amore senza desiderio, senza piacere? C’è sesso senza desiderio, senza piacere? C’è un amore che sia intero, senza che il pensiero vi giochi un ruolo? Il sesso è qualcosa che appartiene al passato, o è qualcosa di nuovo, ogni volta? Il pensiero è ovviamente vecchio, perciò noi siamo sempre impegnati a contrastare il vecchio e il nuovo. Poniamo domande radicate nel passato, e cerchiamo risposte conformi al passato. Quindi, quando domandiamo se esiste il sesso senza l’intero meccanismo del pensiero

che opera e agisce, non significa, forse, che non siamo ancora usciti dal passato? Siamo così condizionati dal passato che non riusciamo nemmeno a sentire che ci stiamo addentrando nel nuovo. Diciamo che l'amore è interezza, e che è sempre nuovo, nuovo non nel senso di opposto al vecchio, perché questo sarebbe di nuovo roba vecchia. Qualsiasi affermazione circa l'esistenza del sesso senza desiderio è priva di valore, ma se avete seguito con attenzione il significato completo del pensiero, allora, forse, potrete giungere anche alla comprensione di quella cosa. Se, in ogni caso, ciò che vi interessa è ottenere piacere a ogni costo, allora non ci sarà posto per l'amore.

Il giovane disse: "Quel bisogno biologico di cui ha parlato è esattamente questa richiesta, perché anche se può essere diverso dal pensiero genera sempre pensiero".

"Forse posso rispondere al giovane amico", disse il sannyasi, "perché io ho investigato a lungo in questa faccenda. Mi sono allenato per anni nel non osservare una donna e ho controllato in maniera spietata il bisogno biologico. La necessità biologica non genera pensiero, è il pensiero che la cattura, l'utilizza. Da questo bisogno il pensiero genera immagini, visioni, e a quel punto il bisogno è diventato schiavo del pensiero. È il pensiero che genera il bisogno, in gran parte dei casi. Come ho già detto, comincio ora a rendermi conto della straordinaria natura del nostro stesso ingannarci e della nostra disonestà. C'è un bel po' di ipocrisia in noi. Non possiamo mai vedere le cose come sono, e dobbiamo sempre creare illusioni sul loro conto. Ciò che cerca di dirci, signore, è di guardare a tutto con chiarezza, senza la memoria di ieri; l'ha ripetuto così spesso nei suoi discorsi. Allora la vita non è più un problema. In tarda età, comincio appena a rendermene conto".

Il giovane non sembrava completamente soddisfatto, voleva che la vita si modellasse alle sue condizioni, in base

alle formule che con cura si era costruito.

Ecco perché è di assoluta importanza conoscere se stessi, senza riferirsi ad alcuna formula o senza rifarsi a qualche guru. Questa costante e incondizionata consapevolezza mette fine a tutte le illusioni e a tutte le ipocrisie.

Pioveva ora a torrenti, e l’aria era molto calma, c’era soltanto il suono della pioggia che cadeva sul tetto e sulle foglie.

Il controllo del pensiero

Da: Il silenzio della mente (Mondadori ed.)

Era stato educato all’estero, disse, e aveva ricoperto una carica importante all’interno del governo; ma più di vent’anni or sono aveva deciso di lasciare lavoro e pratiche terrene per trascorrere in meditazione i giorni che gli restavano.

«Ho praticato molti metodi diversi di meditazione,» disse «fino a raggiungere il controllo completo dei miei pensieri, e questa conquista ha portato con sé determinati poteri e forme di dominio su me stesso. Ciò nonostante, un mio amico mi ha portato ad assistere ad alcune delle tue conversazioni in cui tu rispondevi a una domanda sulla meditazione, dicendo che generalmente, per come è praticata, essa è solo una forma di autoipnosi, una semplice coltivazione di desideri proiettati da noi stessi, anche se sofisticata. Mi ha colpito al punto da ricercare questa conversazione con te; e considerando che ho dedicato la mia vita alla meditazione, spero che potremo approfondire l’argomento.

Vorrei innanzitutto spiegare il mio percorso di crescita. Mi resi conto da tutto ciò che avevo letto che la priorità era diventare completamente padroni dei propri pensieri. E questo era molto difficile per me: la concentrazione nel mio lavoro era qualcosa di totalmente differente dallo stabilizzare la mente e imbrigliare l’intero processo del

pensiero. Secondo alcuni testi, bisognava tenere saldamente in mano le redini del pensiero, poiché esso non sarebbe stato sufficientemente affinato per penetrare nelle molte illusioni fino a che non fosse stato controllato e diretto; perciò questo fu il mio primo impegno e obiettivo.»

Posso chiederti, senza interrompere la tua narrazione, se il controllo del pensiero è davvero il primo impegno?

«Ho sentito quello che hai detto nelle tue conversazioni sulla concentrazione, ma se posso preferirei descrivere il più possibile la mia intera esperienza e dopo cercare di analizzare alcune questioni di vitale importanza connesse con la mia esperienza.»

Come vuoi.

«Sin dall'inizio non ero soddisfatto della mia occupazione, ed è stato dunque abbastanza facile abbandonare una promettente carriera. Avevo letto tantissimi libri sulla meditazione e la contemplazione, inclusi gli scritti di molti mistici, sia orientali sia occidentali, e mi sembrava ovvio che il controllo del pensiero fosse il traguardo più importante. Richiedeva però uno sforzo considerevole, convinto e risoluto. Mentre progredivo nella meditazione ebbi molte esperienze: visioni di Krishna, di Cristo, e di alcune delle divinità indù. Diventai chiaroveggente e incominciai a leggere nei pensieri della gente, e acquisii certi altri siddhis o poteri yogici. Passai di esperienza in esperienza, da una visione, con il suo significato simbolico, a un'altra, dalla disperazione all'esperienza del più alto splendore. Conobbi l'orgoglio del conquistatore, di colui che è padrone di se stesso. (''ascetismo, la padronanza di sé donano un senso di potere e alimentano vanità, forza e fiducia in se stessi: io ero nella ricca pienezza di tutto ciò. Anche se avevo sentito parlare di te da molti anni, l'orgoglio dei miei traguardi raggiunti mi aveva sempre impedito di venire ad ascoltarti; ma il mio

amico, un altro sannyasi, insistette che dovevo assolutamente farlo, e quello che ho sentito mi ha turbato. E pensare che credevo di essere ormai oltre qualsiasi turbamento! In breve, questa è la storia del mio percorso nella meditazione.

Tu hai detto nelle tue conversazioni che la mente deve andare oltre tutta l'esperienza, altrimenti resta imprigionata nelle sue stesse proiezioni, nei suoi desideri e nelle sue ricerche, e fui profondamente sorpreso quando riconobbi che la mia mente era intrappolata in queste stesse cose. Essendone consapevole, come può la mente abbattere le mura di una prigionia che essa stessa si è costruita? Ho sprecato questi miei ultimi vent'anni? Ho semplicemente vagato nell'illusione?»

Parleremo più tardi di quale sia l'azione che dovrà essere fatta; ma consideriamo ora, se vuoi, il controllo del pensiero. Il controllo è necessario? È benefico o dannoso? Molti maestri religiosi hanno indicato come passaggio primario il controllo del pensiero, ma hanno ragione? Chi è colui che controlla? Non è una parte dello stesso pensiero che cerca di controllare? Può riferirsi a se stesso come a un'entità separata, diversa, altra dal pensiero, ma non è invece il risultato del pensiero? Sicuramente, il controllo implica l'azione coercitiva della volontà per soggiogare, sopprimere, dominare, costruire una resistenza contro quello che non è desiderato.

In questo intero processo c'è un grandissimo, penoso conflitto, non sei d'accordo? E qualcosa di buono può forse scaturire e provenire dal conflitto?

La concentrazione nella meditazione è una forma di miglioramento egocentrico: enfatizza l'azione all'interno dei confini del sé, dell'io, del «me». La concentrazione è un processo di riduzione del pensiero: sei come un bambino tutto preso dal suo giocattolo. Il giocattolo, l'immagine, il

simbolo, la parola arrestano i vagabondaggi senza posa della mente, e un tale assorbimento è chiamato concentrazione. La mente viene controllata dall'immagine, dall'oggetto, esteriori o interiori. L'immagine o l'oggetto assumono allora un'importanza fondamentale, e non più la comprensione della mente. La concentrazione su qualcosa è relativamente facile: il giocattolo assorbe la mente, ma non la libera, dandole la possibilità di esplorare, di scoprire cosa ci sia, ammesso che ci sia qualcosa, oltre le sue stesse frontiere.

«Ciò che stai dicendo è così diverso da quello che uno legge o che gli è stato insegnato, ma comunque mi sembra vero e sto iniziando a comprendere le implicazioni del controllo. Ma come può la mente raggiungere la libertà senza disciplina?»

La soppressione e la conformità non sono passaggi che conducono alla libertà: il primo passo da fare verso la libertà è la comprensione dei legami, del condizionamento. La disciplina imbriglia il comportamento e plasma il pensiero entro un desiderato modello, ma senza la comprensione del desiderio, il semplice controllo e la disciplina travisano il pensiero; laddove, quando esiste una consapevolezza delle modalità del desiderio, questa porta invece ordine e chiarezza. Prima di tutto, la concentrazione è la via del desiderio. Un uomo d'affari è concentrato perché vuole ammassare ricchezza e potere, e quando un altro è concentrato nella meditazione, anch'egli sta ricercando una realizzazione, una ricompensa: entrambi stanno perseguendo il successo, che regala fiducia e stima in se stessi e la sensazione di sentirsi al sicuro. E così, non pensi?

«Ti sto seguendo.»

La pura e semplice comprensione verbale, che altro non è se non cogliere a livello intellettuale ciò che è stato detto,

ha ben poco valore, non sei d’accordo? Il fattore liberatorio non è mai una pura e semplice comprensione verbale, ma la percezione della verità o della falsità della questione. Se noi riuscissimo a comprendere le implicazioni della concentrazione e a vedere il falso come falso, allora ci sarebbe la libertà dal desiderio di realizzare, sperimentare, diventare. Da questo proviene l’attenzione, che è completamente diversa dalla concentrazione. La concentrazione implica un duplice processo, una scelta, uno sforzo, giusto? C’è l’autore dello sforzo e il fine verso cui lo sforzo è diretto; perciò la concentrazione rafforza l’ io», il sé, l’ego in quanto autore dello sforzo: il conquistatore, il virtuoso. Ma nell’attenzione questa attività dualistica non è presente; c’è un’assenza dello sperimentatore, di colui che accumula, immagazzina e reitera. In questo stato di attenzione il conflitto della realizzazione, dell’ottenimento e la paura del fallimento sono cessati.

«Ma sfortunatamente non tutti noi siamo benedetti da questo potere dell’attenzione.»

Non è un dono, non è una ricompensa, una cosa che debba essere acquistata attraverso la disciplina, la pratica e altro: arriva in essere con la comprensione del desiderio, che è la conoscenza di sé. Questo stato di attenzione è il bene, l’assenza del sé.

«Ma allora tutti i miei sforzi e la disciplina di questi anni non sono stati altro che una completa perdita di tempo e non hanno alcun valore? E pur facendo questa domanda, sto incominciando a rendermi conto della verità della questione. Vedo ora che per oltre vent’anni ho perseguito una via che ha inevitabilmente condotto a una prigione che mi sono creato da solo e in cui ho vissuto, sperimentato e sofferto. Piangere sul passato significa indulgere nell’autocommiserazione, e invece bisogna ricominciare con spirito rinnovato. Ma cosa mi dici di tutte le visioni e le

esperienze che ho vissuto? Anch’esse erano false, senza alcun valore?»

La mente non è una sorta di enorme magazzino di tutte le esperienze, le visioni e i pensieri dell’uomo? La mente è il risultato di molte migliaia di anni di tradizione ed esperienza; è capace di invenzioni fantastiche, dalla più elementare alla più complessa e sofisticata; è capace di straordinarie delusioni o di incredibili percezioni e intuizioni. Le esperienze e le speranze, le angosce, le gioie e la conoscenza, collettive o individuali, accumulate nel corso del tempo, sono tutte li, immagazzinate negli strati più profondi della coscienza, e ognuno di noi può rivivere le esperienze e le visioni ereditate o acquisite. Dicono che certe droghe possano portare chiarezza, una visione delle profondità e delle altezze, che possano liberare la mente dai suoi turbamenti, donando una grande energia e una lucida introspezione. Ma la mente può viaggiare attraverso tutti questi passaggi oscuri e nascosti per arrivare alla luce? E quando attraverso uno qualsiasi di questi mezzi arriva veramente alla luce, si tratta della luce dell’eterno? O è la luce del conosciuto, del riconoscimento, un’esperienza nata dalla ricerca, dalla lotta, dalla speranza? Bisogna per forza passare attraverso questo processo estenuante per trovare ciò che non è misurabile, l’incommensurabile? Non potremmo invece evitare tutto questo e arrivare direttamente a quello che si chiama amore? Dal momento che hai avuto visioni, poteri, esperienze, che cosa mi dici?

«Mentre li vivevo, naturalmente pensavo che fossero importanti e significativi; mi donavano un senso soddisfacente di potere, e una certa felicità per le realizzazioni gratificanti. Quando i poteri arrivano, danno una grande fiducia e sicurezza, una sensazione di padronanza su di sé in cui è presente un intenso orgoglio. Dopo che abbiamo parlato di tutto questo, non sono sicuro che le visioni e le esperienze che ho vissuto abbiano più

questo grande significato, anche se prima mi sembrava lo avessero. Sembrano come scemare e allontanarsi nella luce della mia nuova comprensione.»

Si deve passare attraverso tutte queste esperienze? Sono necessarie per spalancare le porte dell'eterno? Non possono essere evitate? Prima di tutto, ciò che è essenziale è la conoscenza di sé, che porta a una mente immobile e silente. Una mente immobile e silente non è il prodotto della volontà, della disciplina, delle varie pratiche per soggiogare il desiderio; pratiche e discipline non fanno altro che rafforzare il sé, e la virtù diventa allora un'altra roccia su cui il sé può costruire una casa di importanza e rispettabilità. La mente deve invece essere vuota dal conosciuto affinché l'inconoscibile possa essere e rivelarsi. Senza la comprensione delle vie del sé, la virtù incomincia a rivestirsi di importanza; perciò, è necessario che il movimento del sé, con la sua volontà e il suo desiderio, la sua ricerca e la sua accumulazione, debba interamente cessare. Solo allora l'eterno, il senza tempo, potrà palesarsi e disvelarsi: non può essere evocato. La mente che cerca di evocare il reale attraverso varie pratiche, discipline, preghiere e atteggiamenti e comportamenti, può solo ricevere le proprie proiezioni gratificanti, ma non saranno il reale.

«Ora percepisco, dopo tutti questi anni di ascetismo, disciplina e automortificazione, che la mia mente è tenuta prigioniera dalle sue stesse creazioni, e che le mura di questa prigione vanno abbattute. Come si può fare?»

La semplice consapevolezza che vadano abbattute è già abbastanza. Una qualsiasi azione per abbatterle non farà altro che mettere in moto il desiderio di realizzare, di ottenere, e quindi innescherà il conflitto degli opposti, lo sperimentatore e l'esperienza, il ricercatore e la ricerca.

Vedere il falso in quanto falso, in se stesso è già abbastanza, poiché la vera percezione libera la mente dal falso.